

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M80

Hochsprung 1,10	BL 2008: 1,15 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	30.05.	Paderborn
Kugelstoß 4,0 kg 9,00	BL 2008: 9,24 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	03.10.	Hagen
Gewichtswurf 7,260 kg 10,56	BL 2008: 10,76 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	20.06.	Plettenberg
Diskuswurf 1,0 kg 19,73	BL 2008: 20,36 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	23.05.	Schalksmühle
Hammerwurf 4,0 kg 26,15	BL 2008: 27,08 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	30.05.	Paderborn
Speerwurf 400 g 20,00	BL 2008: 21,41 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	03.10.	Hagen
Werfer-Fünfkampf 1487	BL 2008: 1549 Herrmannsen, Peter Herrmannsen, Peter 27 LG Schwerte	27 LG Schwerte	26.09.	Salzkotten
	25,43/8,23/17,79/16,58/10,54			

Männer M70

10 km	BL 2008: 56:26 Lüdecke, Heinz	38 Marathon-Club, Menden		
49:35	Scholz, Manfred	39 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
56:48	Lüdecke, Heinz	38 Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
59:40	Czymay, Horst	39 Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
Halbmarathon	BL 2008: 2:06:29 Lüdecke, Heinz	38 Marathon-Club, Menden		
1:47:40	Scholz, Manfred	39 Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
Hochsprung	BL 2008:			
1,25	Schnadt, Ulrich	39 VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
1,10	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	30.05.	Paderborn
Kugelstoß 4,0 kg	BL 2008: 9,61 Bette, Heinz	36 VfL Fröndenberg		
9,54	Bette, Heinz	36 LG Menden	25.04.	Fröndenberg
9,00	Herrmannsen, Peter	27 LG Schwerte	03.10.	Hagen
Speerwurf 500 g	BL 2008:			
17,79	Bette, Heinz	36 LG Menden	25.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M65

50 m	BL 2008: 8,4 Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg		
8,5	Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
10 km	BL 2008: 47:36 Pollok, Prof.Dr.Ernest	42 MC, Menden		
47:41	Pollok, Dr.Ernest	42 Marathon-Club, Menden	25.10.	Oeventrop
49:35	Scholz, Manfred	39 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
56:48	Lüdecke, Heinz	38 Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
57:49	Kaderhandt, Horst	41 Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
59:40	Czymay, Horst	39 Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
10 km Mannschaft	BL2008: 2:10:16	Marathon-Club, Menden		
2:33:07	Marathon-Club, Menden		14.02.	Fröndenberg
	Kemper 43:50, Scholz 49:35, Lüdecke 59:42			
Halbmarathon	BL 2008: 1:48:43	Scholz, Manfred 39 Marathon-Club, Menden		
1:47:40	Scholz, Manfred	39 Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:53:37	Pollok, Dr.Ernest	42 Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
Halbmarathon Mannschaft	BL2008:			
5:22:06	Marathon-Club, Menden		06.09.	Oelde
	Kemper 1:34:42, Klar 1:42:57, Czybulka 2:04:27			
Standweitsprung	BL 2008: 2,16 Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg		
2,04	Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
Kugelstoß 5,0 kg	BL 2008: 10,37 Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg		
9,92	Saure, Friedhelm	42 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
Männer M60				
100 m	BL 2008: 13,41 0,0 Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn		
13,61	1,2 Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
200 m	BL 2008: 27,74	Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn		
28,19	0 Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	14.06.	Ahlen
400 m	BL 2008: 61,10	Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn		
62,29	Leisgen, Udo	45 ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M60

1500 m		BL 2008:			
5:41,57	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	14.06.	Ahlen
10 km		BL 2008:	39:28 Kemper, Erhard	46	Marathon-Club, Menden
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
43:50	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05.	Aarhus/DK
47:41	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	25.10.	Oeventrop
49:35	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
49:52	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
51:56	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
52:17	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
56:48	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
57:49	Kaderhandt, Horst	41	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
59:40	Czymay, Horst	39	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
71:47	Nuss, Bernd	48	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg

Halbmarathon BL 2008: 1:35:13 Czybulka, Horst 48 Marathon-Club, Menden

1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05.	Aarhus/DK
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:47:40	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:53:37	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn

Marathon BL 2008: 3:26:04 Kemper, Erhard 46 Marathon-Club, Menden

3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:55:50	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

110 m Hürden BL 2008:
18,74 -0,8 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 30.07. Lahti/FIN

300 m Hürden BL 2008: 46,57 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn
47,14 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 10.07. Vaterstetten

Hochsprung BL 2008: 1,43 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn
1,42 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 29.07. Lahti/FIN

Stabhochsprung BL 2008: 2,00 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn
2,10 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 30.07. Lahti/FIN

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M60

Weitsprung		BL 2008:	4,61 +3,4 Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn
4,41	0,7 Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
Kugelstoß 5,0 kg		BL 2008:	10,32 Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn
10,75	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
Diskuswurf 1,0 kg		BL 2008:	23,86 Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn
27,76	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	14.06.	Ahlen
Speerwurf 600 g		BL 2008:	29,98 Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn
31,25	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	30.07.	Lahti/FIN

Fünfkampf BL 2008: 3181 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn

3018 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 14.06. Ahlen
4,29(-0,3)/30,67/28,19(0,0)/27,76/5:41,57

Zehnkampf BL 2008: 6517 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn

6255 Leisgen, Udo 45 ASV Iserlohn 29./30.07. Lahti/FIN
13,61(+1,2)/4,41(+0,7)/10,75/1,42/62,29 // 18,74(-0,8)/24,92/2,10/31,25/
6:11,51

Männer M55

10 km BL 2008: 39:56 Kandora, Marian 53 ASV Iserlohn

37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09.	Borchen
42:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05.	Kamen
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
43:50	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05.	Aarhus/DK
44:25	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	06.12.	Hamm
46:03	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	05.04.	Bruay/F
47:41	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	25.10.	Oeventrop
49:35	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
49:52	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
51:26	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
51:56	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
52:17	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
56:48	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
57:49	Kaderhandt, Horst	41	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
59:40	Czymay, Horst	39	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
71:47	Nuss, Bernd	48	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M55

10 km Mannschaft	BL2008: 2:06:01 Marathon-Club, Menden				
2:11:16	Marathon-Club, Menden			14.02.	Fröndenberg
	Schneider 40:29, Hofmann 42:00, Grondke 48:47				
2:33:07	Marathon-Club, Menden			14.02.	Fröndenberg
	Kemper 43:50, Scholz 49:35, Lüdecke 59:42				
Halbmarathon	BL 2008: 1:27:02 Tairis, Ioannis 50 Marathon-Club, Menden				
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08.	Klagenfurt/A
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05.	Aarhus/DK
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:47:40	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:53:37	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:55:55	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:58:26	Kirchheiner, Rolf	54	TuS 1846 Iserlohn	08.08.	Dortmund
Marathon	BL 2008: 3:04:23 Schubert, Hans-Jürgen 52 LG Schwerte				
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04.	Bonn
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:54:19	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:55:50	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

Männer M50

100 m	BL 2008: 14,67* Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg					
13,61	1,2	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
14,3		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
200 m	BL 2008: 30,75* Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg					
28,19	0	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	14.06.	Ahlen
30,3		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	11.08.	Bergkamen
400 m	BL 2008:					
62,29		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
68,5		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	04.08.	Bergkamen

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M50

800 m	BL 2008:				
2:46,4	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	04.08.	Bergkamen
10 km	BL 2008: 40:12 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden				
37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09.	Borchen
40:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
42:00	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
42:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05.	Kamen
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
43:50	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05.	Aarhus/DK
44:25	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	06.12.	Hamm
46:03	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	05.04.	Bruay/F
47:41	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	25.10.	Oeventrop
48:02	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	05.04.	Bruay/F
48:36	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
48:47	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
49:35	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
49:52	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
51:26	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
51:56	Menne, Heinz	49	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
52:17	Knoblauch, Reimund	46	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
56:48	Lüdecke, Heinz	38	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
57:49	Kaderhandt, Horst	41	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
59:40	Czymay, Horst	39	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
Halbmarathon	BL 2008: 1:31:22 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden				
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08.	Klagenfurt/A
1:29:43	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:32:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05.	Aarhus/DK
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:46:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:47:40	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:48:56	Noisten, Peter	55	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
1:53:37	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:55:55	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:58:26	Kirchheiner, Rolf	54	TuS 1846 Iserlohn	08.08.	Dortmund
Marathon	BL 2008: 3:17:51 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden				
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04.	Bonn
3:15:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M50

Fortsetzung Marathon BL 2008: 3:17:51 Schneider, Georg 56 Marathon-Club, Menden

3:25:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:44	Muhs, Josef	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:47:08	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:54:19	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:55:50	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:10:58	Hoffmann, Walter	58	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

Hochsprung BL 2008: 1,48 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

1,45	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
1,42	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
1,25	Schnadt, Ulrich	39	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
1,10	Herrmannsen, Peter	27	LG Schwerte	30.05.	Paderborn

Weitsprung BL 2008: 4,87* Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

4,80	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
4,44		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4,41	0,7	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN

Kugelstoß 6,0 kg BL 2008: 8,80 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

10,61	Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
8,35	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	16.05.	Ergste

Diskuswurf 1,500 kg BL 2008: 23,45 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

21,72	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	04.08.	Bergkamen
-------	----------------	----	-----------------	--------	-----------

Hammerwurf 6,0 kg BL 2008:

44,76	Stanowski, Frank	59	LC Letmathe	13.04.	Plettenberg
-------	------------------	----	-------------	--------	-------------

Speerwurf 700 g BL 2008: 31,55 Preuß, Michael 55 VfL Fröndenberg

43,20	Friederici-Daly, Norbert	58	ASV Iserlohn	05.07.	Lemgo
28,01	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M45

3000 m BL 2008:

13:29,45	Weingarten, Georg	60	LG Menden	17.07.	Menden
----------	-------------------	----	-----------	--------	--------

10 km BL 2008: 38:36 Peschel, Klaus 59 Marathon-Club, Menden

36:31	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09.	Borchen
38:01	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
40:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
42:00	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
42:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05.	Kamen
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
43:48	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
43:50	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05.	Aarhus/DK
43:57	Krampe, Thomas	61	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg
44:24	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	14.02.	Fröndenberg
44:25	Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	06.12.	Hamm
46:03	Tohermes, Norbert	54	VfL Fröndenberg	05.04.	Bruay/F
46:24	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
46:29	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
47:41	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	25.10.	Oeventrop
48:02	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	05.04.	Bruay/F
48:36	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
48:47	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
49:10	Schütz, Michael	60	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft BL2008: 2:10:52 Marathon-Club, Menden

2:08:20	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
	Schöne 37:00, Klein 44:56, Hoff 46:24		
2:11:16	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
	Schneider 40:29, Hofmann 42:00, Grondke 48:47		
2:33:07	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
	Kemper 43:50, Scholz 49:35, Lüdecke 59:42		

Halbmarathon BL 2008: 1:24:42 Peschel, Klaus 59 Marathon-Club, Menden

1:20:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08.	Klagenfurt/A
1:29:43	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:32:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05.	Aarhus/DK
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M45

Forts. Halbmarathon BL 2008: 1:24:42 Peschel, Klaus 59 Marathon-Club, Menden

1:43:51	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:44:20	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:45:17	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:46:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:47:40	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:48:56	Noisten, Peter	55	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
1:53:37	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:55:55	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:58:26	Kirchheiner, Rolf	54	TuS 1846 Iserlohn	08.08.	Dortmund
2:10:36	Floren, Georg	62	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn

Halbmarathon Mannschaft BL2008:

4:29:43	Marathon-Club, Menden			06.09.	Oelde
	Schöne 1:20:13, Wanske 1:24:13, Hoff 1:45:17				
5:22:06	Marathon-Club, Menden			06.09.	Oelde
	Kemper 1:34:42, Klar 1:42:57, Czybulka 2:04:27				

Marathon BL 2008: 2:49:33 Hausdorf, Uwe 62 Marathon-Club, Menden

2:53:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	17.05.	Dtmd/Essen
2:54:26	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.05.	Düsseldorf
3:02:18	Wassmuth, Jens	61	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04.	Bonn
3:15:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:25:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:44	Muhs, Josef	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:51	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:30:03	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:47:08	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:54:19	Glasmeyer, Gerd	51	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:55:50	Pollok, Dr.Ernest	42	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:10:58	Hoffmann, Walter	58	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:19:09	Kimm, Uli	64	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:27:44	Schroeder, Wolfgang	45	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M40

100 m BL 2008: 13,24* Drees, Wolfgang 65 TV Deilinghofen

13,61	1,2	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
13,70	2	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
14,3		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
14,89	2	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Leistungen mit Rückenwind:

13,28	2,1	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
-------	-----	-----------------	----	-----------------	--------	-----------

5000 m BL 2008: 21:43,62 Renzel, Hans-Jörg 66 ASV Iserlohn

18:24,98		Remmert, Michael	69	LG Menden	28.05.	Hamm
----------	--	------------------	----	-----------	--------	------

10 km BL 2008: 36:24 Schöne, Burkhard 64 Marathon-Club, Menden

35:50		Spieckermann, Stephan	65	LG Menden	07.03.	Bentfeld
36:31		Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
37:08		Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09.	Borchen
38:01		Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
38:49		Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	29.05.	Haltern
40:29		Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
40:41		Sczimarowski, Jens	65	LG Schwerte	01.05.	Kamen
42:00		Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
42:13		Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05.	Kamen
42:49		Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01.	Bönen
43:02		Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
43:35		Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	01.05.	Kamen
43:48		Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
43:50		Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05.	Aarhus/DK
43:57		Krampe, Thomas	61	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg
44:24		Geuken, Jörg	67	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
44:24		Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	14.02.	Fröndenberg
44:25		Heidrich, Peter	51	LG Schwerte	06.12.	Hamm
44:56		Klein, Thorsten	68	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
45:21		Heucks, Karsten	67	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg

Halbmarathon BL 2008: 1:19:55 Schöne, Burkhard 64 MC, Menden

1:20:13		Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:24:13		Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:26:32		Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08.	Klagenfurt/A
1:29:43		Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:32:20		Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:34:42		Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M40

Forts. Halbmarathon BL 2008: 1:19:55 Schöne, Burkhard 64 MC, Menden

1:36:36	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:38:42	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05.	Aarhus/DK
1:42:05	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
1:42:42	Heucks, Karsten	67	ASV Iserlohn	08.08.	Dortmund
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:43:31	Kernig, Mike	68	TuS 1846 Iserlohn	08.08.	Dortmund
1:43:51	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:44:20	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:45:17	Hoff, Klaus	60	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:46:41	Völlkopf, Hagen	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:47:40	Scholz, Manfred	39	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:48:56	Noisten, Peter	55	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn

Marathon BL 2008: 2:50:47 Schöne, Burkhard 64 Marathon-Club, Menden

2:53:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	17.05.	Dtmd/Essen
2:54:26	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.05.	Düsseldorf
3:00:47	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:02:18	Wassmuth, Jens	61	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04.	Bonn
3:13:23	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:15:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:19:38	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:24:08	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:44	Muhs, Josef	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:51	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:26:48	Pingel, Matthias	66	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:30:03	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:37:48	Kotolas, Kosta	65	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:47:08	Grondke, Rolf	55	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:47:11	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	07.06.	Menden

Weitsprung BL 2008: 5,39* Spieckermann, Ulf 65 TV Deilinghofen

5,39	0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
5,10	0	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
4,80	0	Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
4,44		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4,41	0,7	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
4,28	-0,6	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M40

Dreisprung BL 2008: 11,48* Spieckermann, Ulf 65 TV Deilinghofen

11,35	0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
10,77	1,4	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	28.06.	Sankt Wendel

Kugelstoß 7,260 kg BL 2008: 9,59 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg

10,50		Bendig, Udo	66	LG Schwerte	16.05.	Ergste
9,22		Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
8,92		Schmitz, Oliver	66	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,53		Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
8,40		Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
7,55		Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,90		Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden

Diskuswurf 2,0 kg BL 2008: 22,07 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg

11,26		Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
-------	--	---------------	----	-------------	--------	----------

Hammerwurf 7,260 kg BL 2008: 21,91 Potthoff, Andreas 68 VfL Fröndenberg

24,05		Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
-------	--	-------------------	----	-----------------	--------	-----------

Männer M35

100 m BL 2008:

11,80	0,8	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	27.06.	Sankt Wendel
13,61	1,2	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
13,70	2	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
14,3		Menke, Michael	56	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
14,89	2	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Leistungen mit Rückenwind:

13,28	2,1	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
-------	-----	-----------------	----	-----------------	--------	-----------

200 m BL 2008:

24,57	-1,6	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	28.06.	Sankt Wendel
28,19	0	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	14.06.	Ahlen
30,3		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	11.08.	Bergkamen

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M35

10 km	BL 2008: 35:28 Kurtz, Peter 70 LG Schwerte			
35:50	Spiekermann, Stephan	65	LG Menden	07.03. Bentfeld
36:31	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09. Borchen
38:01	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
38:36	Köhnemann, Mario	71	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
38:49	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	29.05. Haltern
40:07	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
40:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
40:41	Sczimarowski, Jens	65	LG Schwerte	01.05. Kamen
40:59	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	11.01. Bönen
42:00	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
42:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05. Kamen
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01. Bönen
43:02	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
43:35	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	01.05. Kamen
43:48	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
43:50	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	29.05. Aarhus/DK
43:57	Krampe, Thomas	61	TV Deilinghofen	14.02. Fröndenberg
44:24	Geuken, Jörg	67	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
44:24	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	14.02. Fröndenberg

10 km Mannschaft	BL2008:			
1:47:40	LG Menden			07.03. Bentfeld
	Leider 35:14, Spiekermann 35:50, Prenger 36:36			
2:08:20	Marathon-Club, Menden			14.02. Fröndenberg
	Schöne 37:00, Klein 44:56, Hoff 46:24			
2:11:16	Marathon-Club, Menden			14.02. Fröndenberg
	Schneider 40:29, Hofmann 42:00, Grondke 48:47			
2:33:07	Marathon-Club, Menden			14.02. Fröndenberg
	Kemper 43:50, Scholz 49:35, Lüdecke 59:42			

Halbmarathon	BL 2008: 1:16:03 Kurtz, Peter 70 LG Schwerte			
1:20:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:24:13	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:25:52	Koehnemann, Mario	71	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:26:27	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08. Klagenfurt/A
1:28:07	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:29:43	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:30:08	Malchow, Reiner	71	LG Schwerte	23.08. Iserlohn
1:32:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M35

Fortsetzung Halbmarathon BL 2008: 1:16:03 Kurtz, Peter 70 LG Schwerte

1:36:36	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:38:42	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08. Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05. Aarhus/DK
1:42:05	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	23.08. Iserlohn
1:42:42	Heucks, Karsten	67	ASV Iserlohn	08.08. Dortmund
1:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:43:31	Kernig, Mike	68	TuS 1846 Iserlohn	08.08. Dortmund
1:43:51	Pasic, Martin	60	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:44:20	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn

Halbmarathon Mannschaft	BL2008:			
4:20:26	Marathon-Club, Menden			06.09. Oelde
	Koehnemann 1:25:52, Just 1:26:27, Kuschel 1:28:07			
4:29:43	Marathon-Club, Menden			06.09. Oelde
	Schöne 1:20:13, Wanske 1:24:13, Hoff 1:45:17			
5:22:06	Marathon-Club, Menden			06.09. Oelde
	Kemper 1:34:42, Klar 1:42:57, Czybulka 2:04:27			
100 km	BL 2008:			
10:04:25	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	03.10. Bad Neuenahr

Kugelstoß 7,260 kg	BL 2008: 9,81 Hosang, Christian 72 LG Schwerte			
10,80	Trimpe, Ulrich	71	LG Schwerte	16.05. Ergste
10,50	Bendig, Udo	66	LG Schwerte	16.05. Ergste
9,22	Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.04. Fröndenberg
8,92	Schmitz, Oliver	66	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
8,53	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
8,40	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
7,55	Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
4,90	Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	13.06. Oberaden

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M30

10 km	BL 2008: 35:35 Schulte, Oliver 75 LG Menden			
35:14	Leider, Lars	75	LG Menden	07.03. Bentfeld
35:36	Prenger, Falk	79	LG Menden	30.04. Nordkirchen
35:50	Spiekermann, Stephan	65	LG Menden	07.03. Bentfeld
36:31	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09. Borchen
38:01	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
38:03	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
38:36	Köhnemann, Mario	71	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
38:49	Beckmann, Ulrich	66	LG Menden	29.05. Haltern
39:25	Tiago, Victor	77	TuS Iserlohn	25.01. Hamm
40:07	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
40:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
40:41	Sczimarowski, Jens	65	LG Schwerte	01.05. Kamen
40:59	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	11.01. Bönen
42:00	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
42:13	Schubert, Peter	53	LG Schwerte	01.05. Kamen
42:49	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.01. Bönen
43:02	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
43:35	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	01.05. Kamen
43:48	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg

Halbmarathon BL 2008: 1:11:47 Ahr, Benjamin 78 LG Iserlohn

1:16:45	Ahr, Benjamin	78	TuS 1846 Iserlohn	08.08. Dortmund
1:19:59	Leider, Lars	75	LG Menden	14.03. Münster
1:20:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:23:50	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:24:13	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:25:52	Koehnemann, Mario	71	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:26:27	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08. Klagenfurt/A
1:28:07	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:28:28	Tiago, Victor	77	TuS 1846 Iserlohn	06.09. Oelde
1:29:43	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:30:08	Malchow, Reiner	71	LG Schwerte	23.08. Iserlohn
1:32:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09. Oelde
1:36:36	Schöfisch, Harald	69	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:38:42	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	23.08. Iserlohn
1:38:59	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	23.08. Iserlohn
1:39:44	Czybulka, Horst	48	Marathon-Club, Menden	31.05. Aarhus/DK
1:42:05	Zambanini, Ralf	65	LC Letmathe	23.08. Iserlohn
1:42:42	Heucks, Karsten	67	ASV Iserlohn	08.08. Dortmund

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer M30

Marathon	BL 2008: 2:40:43 Ahr, Benjamin 78 LG Iserlohn			
2:48:39	Prenger, Falk	79	LG Menden	17.05. Dtm/Eszen
2:53:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	17.05. Dtm/Eszen
2:54:26	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.05. Düsseldorf
3:00:47	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	11.10. Essen
3:02:18	Wassmuth, Jens	61	Marathon-Club, Menden	11.10. Essen
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04. Bonn
3:13:23	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:15:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	11.10. Essen
3:19:38	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:24:08	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:25:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:25:44	Muhs, Josef	59	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:25:51	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:26:48	Pingel, Matthias	66	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10. Essen
3:30:03	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04. Wien/AUT
3:35:22	Tiago, Victor	77	TuS Iserlohn	20.09. Berlin
3:37:48	Kotolas, Kosta	65	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden
3:42:57	Klar, Hans-Dieter	49	Marathon-Club, Menden	07.06. Menden

Männer

100 m	Rekord: 10,5 Leyendecker, Roman SV Menden BL 2008: 13,01* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen				
11,23	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
11,50	-0,2	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
11,54	0,2	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09. Letmathe
11,70	0	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
11,75	0	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
11,79	-1	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
11,80	0,8	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	27.06. Sankt Wendel
11,6		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	11.08. Bergkamen
11,91	-1,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
11,92	-1	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.09. Attendorn
11,98	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18.09. Neheim
12,00	1,8	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	30.05. Gladbeck
12,02	0,5	Dick, André	87	LG Schwerte	13.09. Letmathe
12,04	-0,9	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07. Menden
12,05	-1,6	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	20.09. Attendorn
12,15	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
12,17	-1,3	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	20.09. Attendorn
12,36	1,3	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	12.09. Hemer

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Fortsetzung 100 m

Rekord: 10,5 Leyendecker, Roman SV Menden

BL 2008: 13,01* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

12,55	1,3	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,60	2	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,60	-0,7	Haurand, Tristan	93	LG Menden	03.10.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

11,83	2,3	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,54	2,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

200 m

Rekord: 21,84 Leyendecker, Roman SV Menden

BL 2008:

22,63	-0,3	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	21.06.	Dortmund
22,83	0,9	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	21.06.	Dortmund
23,30	1,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
23,52	-1,2	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
23,63	0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
23,68	0,4	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	21.06.	Dortmund
24,00	-1,3	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07.	Menden
24,22	0,5	Dick, André	87	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
24,22	1,3	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
24,32	-1,2	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
24,54	-1,3	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	14.05.	Dortmund
24,57	-1,6	Spieckermann, Sven	74	TV Deilinghofen	28.06.	Sankt Wendel
24,94	0,1	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	20.09.	Attendorn
25,02	0	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	05.06.	Neheim
25,41	0,9	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	01.06.	Recklinghsn.
25,48	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
26,09	-1,4	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
26,22	0	Haurand, Tristan	93	LG Menden	10.06.	Menden
27,14	1,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck
27,63	0	Siemiakowski, Armin	93	LC Letmathe	08.05.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

23,11	2,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
25,52	3,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	30.05.	Gladbeck

400 m

Rekord: 47,8 Friedrich, Hans-Walter LAV Menden

BL 2008: 62,06 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

51,78		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
52,17		Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
52,57		Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
53,26		Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	20.09.	Attendorn
53,91		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Fortsetzung 400 m

Rekord: 47,8 Friedrich, Hans-Walter LAV Menden

BL 2008: 62,06 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

54,07		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
54,17		Hollop, Dominik	91	LG Menden	30.05.	Gladbeck
55,31		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
55,44		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
56,67		Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
57,91		Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
58,01		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
58,56		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	18.09.	Neheim
58,76		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
59,01		Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
59,13		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
59,47		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
60,99		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
62,29		Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	29.07.	Lahti/FIN
62,60		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Ahlen

800 m

Rekord: 1:48,76 Krüger, Hendrik SV Menden

BL 2008: 2:16,85 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

1:52,7		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	11.06.	Duisburg
1:59,81		Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
2:00,36		Hollop, Dominik	91	LG Menden	01.06.	Recklinghsn.
2:02,47		Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	06.09.	Hagen
2:02,77		Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
2:02,83		Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
2:04,22		Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
2:05,13		Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	20.08.	Dortmund
2:07,59		Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
2:07,64		Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:08,48		Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	05.06.	Neheim
2:11,60		Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:15,03		Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
2:17,63		Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
2:34,05		Siemiakowski, Armin	93	LC Letmathe	07.06.	Hagen
2:34,86		Schadwill, Damian	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2:45,76		Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:46,07		Wilms, Paul	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2:46,4		Preuß, Michael	55	VfL Fröndenberg	04.08.	Bergkamen

1000 m

Rekord: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn

BL 2008: 2:32,22 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

2:29,45		Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	14.05.	Dortmund
2:34,29		Hollop, Dominik	91	LG Menden	31.07.	Leverkusen

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Fortsetzung 1000 m

Rekord: 2:58,95 Brune, Rene 82 ASV Iserlohn
BL 2008: 2:32,22 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

2:36,84	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:42,36	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:43,58	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:49,16	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	10.06.	Menden
2:50,46	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	30.08.	Hagen
2:54,33	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum
2:56,90	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:58,63	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
2:58,95	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
3:05,80	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	14.08.	Lippstadt
3:08,5	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	19.09.	Fröndenberg
3:12,67	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte

1500 m

Rekord: 3:39,56 Welzel, Volker 61, VfL Platte Heide
BL 2008: 4:04,29 Talbi, Zakaria 83, ASV Iserlohn

3:59,49	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	21.06.	Dortmund
4:02,83	Hollop, Dominik	91	LG Menden	11.06.	Duisburg
4:12,09	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:21,20	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:23,83	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:26,14	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	05.09.	Kamen
4:26,49	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:28,10	Kiehn, Max	92	LG Menden	10.06.	Menden
4:38,38	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:38,90	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	13.09.	Letmathe
5:08,62	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
5:11,25	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
5:13,62	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	13.09.	Ahlen
5:16,17	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
5:20,90	Picht, Christopher	93	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
5:42,81	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
6:04,35	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

3000 m

Rekord: 7:53,51 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide
BL 2008: 9:49,93 Niemitz, Stefan 82 ASV Iserlohn

8:55,50	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
8:58,13	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	13.08.	Berg.-Gladbach
9:40,12	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.06.	Dortmund
9:44,86	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Almelo/NL
9:46,56	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
9:49,16	Kiehn, Max	92	LG Menden	20.06.	Dortmund
9:50,76	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	10.06.	Menden
9:55,95	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
9:59,12	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
10:06,25	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	25.04.	Dülmen
10:25,61	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
10:44,75	Brune, Rene	82	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
13:29,45	Weingarten, Georg	60	LG Menden	17.07.	Menden

10 km

Rekord: 29:14 Edwards, Malcolm MC Menden
BL 2008: 34:54 Talbi, Zakaria 83 ASV Iserlohn

32:56	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	18.10.	Refrath
34:00	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
34:23	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	11.12.	Ahlen
34:40	Talbi, Zakaria	83	ASV Iserlohn	07.03.	Bentfeld
35:02	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
35:14	Leider, Lars	75	LG Menden	07.03.	Bentfeld
35:22	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	11.12.	Ahlen
35:25	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
35:36	Prenger, Falk	79	LG Menden	30.04.	Nordkirchen
35:43	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
35:45	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
35:50	Spiekermann, Stephan	65	LG Menden	07.03.	Bentfeld
36:31	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
36:33	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	08.08.	Bersenbrück
36:37	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	07.03.	Bentfeld
36:59	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
37:08	Kandora, Marian	53	ASV Iserlohn	06.09.	Borchen
37:11	Werner, Tobias	87	LG Menden	14.02.	Fröndenberg
37:27	Niemitz, Stefan	82	ASV Iserlohn	10.10.	Coesfeld

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

10 km Mannschaft	Rekord: 1:42:43 LG Menden BL2008: 1:45:10 ASV Iserlohn		
1:44:38	ASV Iserlohn Neuhaus 33:32, Talbi 34:40, Henseleit 36:26	07.03.	Bentfeld
1:47:40	LG Menden Leider 35:14, Spiekermann 35:50, Prenger 36:36	07.03.	Bentfeld
1:56:02	Marathon-Club, Menden Schöne 37:00, Poloschek 38:55, Just 40:07	14.02.	Fröndenberg
2:06:19	Marathon-Club, Menden Schneider 40:29, Hofmann 42:00, Kemper 43:50	14.02.	Fröndenberg
2:07:25	Marathon-Club, Menden Knode 37:31, Heitmann 44:15, Heitmann 45:39	07.03.	Bentfeld
2:12:12	ASV Iserlohn Quent 40:40, Heucks 45:21, Griesbach 46:11	14.02.	Fröndenberg
2:20:07	Marathon-Club, Menden Klein 44:56, Hoff 46:24, Grondke 48:47	14.02.	Fröndenberg
2:29:59	Marathon-Club, Menden Kuschel 48:58, Scholz 49:35, Glasmeyer 51:26	14.02.	Fröndenberg

Halbmarathon

Rekord: 1:03:15 Weyts., Jean 55 LG Menden
BL 2008: 1:15:07 Prenger, Falk 79 LG Menden

1:15:57	Talbi, Zakaria	83	ASV Iserlohn	14.03.	Münster
1:16:45	Ahr, Benjamin	78	TuS 1846 Iserlohn	08.08.	Dortmund
1:19:45	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	04.10.	Köln
1:19:59	Leider, Lars	75	LG Menden	14.03.	Münster
1:20:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:22:09	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:23:46	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:23:50	Prause, Thomas	77	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:24:13	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:24:58	Niemitz, Stefan	82	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
1:25:52	Koehnmann, Mario	71	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:26:27	Just, Michael	70	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:26:32	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	23.08.	Klagenfurt/A
1:26:55	Schulte, Tobias	80	Marathon-Club, Menden	23.08.	Klagenfurt/A
1:28:07	Kuschel, Tom	70	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:28:28	Tiago, Victor	77	TuS 1846 Iserlohn	06.09.	Oelde
1:29:43	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:30:08	Malchow, Reiner	71	LG Schwerte	23.08.	Iserlohn
1:32:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
1:34:42	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde

Halbmarathon Mannschaft

Rekord: 3:30:00 LG Menden
BL2008: 4:11:43 Marathon-Club, Menden

4:06:08	Marathon-Club, Menden Schöne 1:20:13, Heck 1:22:09, Poloschek 1:23:46	06.09.	Oelde
---------	--	--------	-------

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Forts. Halbmarathon Mannschaft	Rekord: 3:30:00 LG Menden BL2008: 4:11:43 Marathon-Club, Menden		
4:16:32	Marathon-Club, Menden Wanske 1:24:13, Koehnmann 1:25:52, Just 1:26:27	06.09.	Oelde
4:20:26	Marathon-Club, Menden Koehnmann 1:25:52, Just 1:26:27, Kuschel 1:28:07	06.09.	Oelde
4:29:43	Marathon-Club, Menden Schöne 1:20:13, Wanske 1:24:13, Hoff 1:45:17	06.09.	Oelde
4:32:32	Marathon-Club, Menden Kuschel 1:28:07, Schneider 1:29:43,	06.09.	Oelde
5:22:06	Marathon-Club, Menden Kemper 1:34:42, Klar 1:42:57, Czybulka 2:04:27	06.09.	Oelde
5:32:41	Marathon-Club, Menden Klar 1:42:57, Hoff 1:45:17, Czybulka 2:04:27	06.09.	Oelde

Marathon

Rekord: 2:13:41 Weyts, Jean 55 MC Menden
BL 2008: 3:06:46 Schulte, Tobias 80 Marathon-Club, Menden

2:48:39	Prenger, Falk	79	LG Menden	17.05.	Dtmd/Essen
2:53:13	Schöne, Burkhard	64	Marathon-Club, Menden	17.05.	Dtmd/Essen
2:54:26	Hausdorf, Uwe	62	Marathon-Club, Menden	03.05.	Düsseldorf
2:58:49	Poloschek, Manfred	80	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:00:47	Wanske, Thomas	65	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:02:18	Wassmuth, Jens	61	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:06:40	Schubert, Hans-Jürgen	51	LG Schwerte	26.04.	Bonn
3:13:23	Gerlach, Karl	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:15:29	Schneider, Georg	56	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:18:32	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:19:38	Isenberg, Andreas	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:24:08	Kolonko, Peter	67	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:20	Hofmann, Friedrich	57	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:44	Muhs, Josef	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:25:51	Menke, Stephan	61	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:26:48	Pingel, Matthias	66	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:27:41	Kemper, Erhard	48	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
3:30:03	Sendatzki, Robert	60	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
3:31:10	Kamrath, Horst	49	LG Schwerte	19.04.	Wien/AUT
3:35:22	Tiago, Victor	77	TuS Iserlohn	20.09.	Berlin

Marathon Mannschaft

Rekord: 7:18:05 MC Menden
BL2008: 8:42:25 Marathon-Club, Menden

8:47:56	Marathon-Club, Menden Hausdorf 2:54:31, Schöne 2:54:36, Poloschek 2:58:49	11.10.	Essen
9:18:34	Marathon-Club, Menden Wanske 3:00:47, Wassmuth 3:02:18, Schneider 3:15:29	11.10.	Essen

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Forts. Marathon Mannschaft		Rekord: 7:18:05 MC Menden			
		BL2008: 8:42:25 Marathon-Club, Menden			
9:57:09	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden		
Gerlach 3:13:23, Isenberg 3:19:38, Kolonko 3:24:08					
10:16:55	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden		
Hofmann 3:25:20, Muhs 3:25:44, Menke 3:25:51					
10:52:08	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden		
Kemper 3:31:23, Kotolas 3:37:48, Klar 3:42:57					
11:32:30	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden		
Grondke 3:47:08, Börsken 3:51:03, Glasmeyer 3:54:19					
12:25:57	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden		
Pollok 3:55:50, Hoffmann 4:10:58, Kimm 4:19:09					

110 m Hürden Rekord: 14,60* Dröschner, Daniel 77 LG Menden
BL 2008: 18,1 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

14,94	1,9	Gesing, Moritz	87	LG Menden	11.06.	Duisburg
18,42	-1,3	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
20,52	0,5	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn

4 x 100 m		Rekord: 42,3 LAV Menden			
		BL2008:			
44,50	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe		
Herzer 92, Drossart 92, Meise 92, Witte 93					
45,69	LG Schwerte	30.05.	Witten		
Wulff 88, Sommer 91, Reith 90, Haschke 91					
47,33	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn		
Friedewald 93, Dombrink 92, Isenberg 93, Both 93					
50,10	Startgem. LCL/Nighthawks	30.05.	Witten		
Bremer 94, Deutscher 95, Rieger 95, Esser 94					
55,20	TV Deilinghofen	05.09.	Menden		
Schwarze 95, Herget 95, Kosubek 94, Kropp 94					

Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2008: 1,58 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

1,84	Jarkov, Michael	94	LG Menden	20.09.	Attendorn
1,80	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
1,76	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,76	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	26.05.	Iserlohn
1,75	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	20.09.	Attendorn
1,73	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04.	Iserlohn
1,73	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.
1,70	Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	26.06.	Siegburg
1,68	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,68	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Fortsetzung Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2008: 1,58 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

1,56	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,56	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,55	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,52	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,52	Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,50	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,48	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,46	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn

Stabhochsprung Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2008: 3,30 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

3,74	Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	03.10.	Schalksmühle
3,20	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.07.	Schalksmühle
2,70	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
2,50	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
2,30	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
2,20	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
2,20	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
2,10	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
2,10	Leisgen, Udo	45	ASV Iserlohn	30.07.	Lahti/FIN

Weitsprung Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen
BL 2008: 5,62* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

6,51	1,4	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	26.04.	Iserlohn
6,35	-0,5	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
6,07	0,7	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04.	Iserlohn
5,87	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,70	0,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,68	-0,6	Haurand, Tristan	93	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,60		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5,48	0	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	28.08.	Chorzow/PL
5,44	-0,5	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,40		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
5,39	0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
5,33	1	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,29	1	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,26		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5,22		Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5,19		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
5,18		Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Fortsetzung Weitsprung

Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen
 BL 2008: 5,62* Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

5,11	1,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,11	1,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,10	0	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn

Dreisprung

Rekord: 14,92 Giavalisco, Patrick 68 SG Eintracht Ergste
 BL 2008:

11,80	-0,5	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	21.06.	Dortmund
11,51	1,2	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
11,49	1,1	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck
11,35	0	Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	30.05.	Paderborn
11,33		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	23.05.	Schalksmühle
10,77	1,4	Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	28.06.	Sankt Wendel

Kugelstoß 7,260 kg

Rekord: 18,28 König, Reinhold SV Menden
 BL 2008: 13,12 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

12,54		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	03.10.	Schalksmühle
10,80		Trimpe, Ulrich	71	LG Schwerte	16.05.	Ergste
10,50		Bendig, Udo	66	LG Schwerte	16.05.	Ergste
9,88		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
9,80		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	19.09.	Fröndenberg
9,22		Potthoff, Andreas	68	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
8,92		Schmitz, Oliver	66	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,53		Spieckermann, Ulf	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
8,40		Drees, Wolfgang	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
7,55		Haefs, Henrik	65	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,90		Kucklies, Udo	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden

Diskuswurf 2,0 kg

Rekord: 51,37 Dröscher, Stefan 78, LG Menden
 BL 2008: 31,53 Fingerhut, Thomas 81, TV Deilinghofen

31,78		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
27,41		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	31.01.	Kamen

Speerwurf 800 g

Rekord: 56,62 Ernst, Christian LG Menden
 BL 2008: 42,72 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

49,92		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	01.06.	Recklinghsn.
46,45		Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.09.	Attendorn
41,39		Mertke, Alexander	86	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
39,88		Friederici-Daly, Dominique	93	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
39,82		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	06.09.	Hagen
36,10		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Männer

Zehnkampf

Rekord: 6526 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
 BL 2008: 4586 Fingerhut, Thomas 81 TV Deilinghofen

4871		Fingerhut, Thomas	81	TV Deilinghofen	25./26.07	Dortmund
						12,92(-1,4)/5,48(+0,2)/11,85/1,56/59,98 // 18,74(-0,9)/31,78/3,60/46,32/5:16,17
4181		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	09./10.05	Iserlohn
						11,95(-0,4)/6,23/9,20/1,72/64,31 // 20,52(+0,5)/26,77/2,10/33,02/5:30,63

Junioren

100 m

Rekord: 10,60 Dröscher, Daniel 77 LG Menden
 BL 2008: 11,34* Gesing, Moritz 87 LG Menden

11,23	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
11,50	-0,2	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
11,54	0,2	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
11,70	0	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
11,75	0	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
11,79	-1	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
11,6		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	11.08.	Bergkamen
11,91	-1,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
11,92	-1	Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.09.	Attendorn
11,98	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18.09.	Neheim
12,00	1,8	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck
12,02	0,5	Dick, André	87	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
12,04	-0,9	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07.	Menden
12,05	-1,6	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
12,15	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
12,17	-1,3	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	20.09.	Attendorn
12,36	1,3	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	12.09.	Hemer
12,55	1,3	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,60	-0,7	Haurand, Tristan	93	LG Menden	03.10.	Menden
12,62	0	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn

Leistungen mit Rückenwind:

11,83	2,3	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,54	2,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

200 m	Rekord: 21,87 Spieckermann, Sven 74 TV Deilinghofen BL 2008: 23,24* Gesing, Moritz 87 LG Menden				
22,63	-0,3	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	21.06. Dortmund
22,83	0,9	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	21.06. Dortmund
23,30	1,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09. Letmathe
23,52	-1,2	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
23,63	0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
23,68	0,4	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	21.06. Dortmund
24,00	-1,3	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07. Menden
24,22	0,5	Dick, André	87	LG Schwerte	13.09. Letmathe
24,22	1,3	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
24,32	-1,2	Wulff, Julius	88	LG Schwerte	20.09. Attendorn
24,54	-1,3	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	14.05. Dortmund
24,94	0,1	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	20.09. Attendorn
25,02	0	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	05.06. Neheim
25,41	0,9	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	01.06. Recklinghsn.
25,48	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
26,09	-1,4	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
26,22	0	Haurand, Tristan	93	LG Menden	10.06. Menden
27,14	1,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	30.05. Gladbeck
27,63	0	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	08.05. Menden
30,07	1,3	Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

23,11	2,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
25,52	3,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	30.05. Gladbeck

400 m	Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn BL 2008: 54,68 Gesing, Moritz 87 LG Menden				
-------	---	--	--	--	--

51,78	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
52,17	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
52,57	Drossart, Alexander	88	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
53,26	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	20.09.	Attendorn
53,91	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
54,07	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
54,17	Hollop, Dominik	91	LG Menden	30.05.	Gladbeck
55,31	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
55,44	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
56,67	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
57,91	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
58,01	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
58,76	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
59,13	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

Fortsetzung 400 m	Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn BL 2008: 54,68 Gesing, Moritz 87 LG Menden				
59,47	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
60,99	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
62,60	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	12.09.	Ahlen
64,88	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
64,94	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
67,95	Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
800 m	Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 1:56,61 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn				
1:52,7	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	11.06.	Duisburg
1:59,81	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
2:00,36	Hollop, Dominik	91	LG Menden	01.06.	Recklinghsn.
2:02,47	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	06.09.	Hagen
2:02,77	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
2:02,83	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
2:04,22	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
2:05,13	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	20.08.	Dortmund
2:07,59	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
2:07,64	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:08,48	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	05.06.	Neheim
2:11,60	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:17,63	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
2:34,05	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	07.06.	Hagen
2:34,86	Schadwill, Damian	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2:45,76	Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:46,07	Wilms, Paul	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn

1000 m	Rekord: 2:23,28 Krüger, Jan 68 SV Menden BL 2008: 2:32,38 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn				
--------	--	--	--	--	--

2:29,45	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	14.05.	Dortmund
2:34,29	Hollop, Dominik	91	LG Menden	31.07.	Leverkusen
2:36,84	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:42,36	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:43,58	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:49,16	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	10.06.	Menden
2:50,46	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	30.08.	Hagen
2:54,33	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum
2:56,90	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:58,63	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:05,80	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	14.08.	Lippstadt
3:08,5	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	19.09.	Fröndenberg
3:12,67	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

Fortsetzung 1000 m

Rekord: 2:23,28 Krüger, Jan 68 SV Menden

BL 2008: 2:32,38 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn

3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
1500 m					
Rekord: 3:48,36 Krüger, Jan 68 SV Menden					
BL 2008: 3:59,40 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn					
3:59,49	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	21.06.	Dortmund
4:02,83	Hollop, Dominik	91	LG Menden	11.06.	Duisburg
4:12,09	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:21,20	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:23,83	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:26,14	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	05.09.	Kamen
4:26,49	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:28,10	Kiehn, Max	92	LG Menden	10.06.	Menden
4:38,38	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:38,90	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	13.09.	Letmathe
5:08,62	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
5:11,25	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
5:13,62	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	13.09.	Ahlen
5:20,90	Picht, Christopher	93	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
5:42,81	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
6:04,35	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
3000 m					
Rekord: 8:22,0 Welzel, , Volker 61 VfL Platte-Heide					
BL 2008: 9:45,19 Henseleit, Philipp 88 ASV Iserlohn					
8:55,50	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
8:58,13	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	13.08.	Berg.-Gladbach
9:40,12	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.06.	Dortmund
9:44,86	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Almelo/NL
9:46,56	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
9:49,16	Kiehn, Max	92	LG Menden	20.06.	Dortmund
9:50,76	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	10.06.	Menden
9:55,95	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
9:59,12	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
10:06,25	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	25.04.	Dülmen
10:25,61	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

5000 m

Rekord: 14:59,48 Beckmann, Ulrich 66 VfL Fröndenberg

BL 2008:

15:51,12	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	20.08.	Berg.-Gladbach
16:44,00	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
16:50,89	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
17:11,19	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
17:36,65	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
17:48,0	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
18:24,19	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
10 km					
Rekord: 32:17 Hörstemeier, Martin 73 LG Iserlohn					
BL 2008: 33:40 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn					
32:56	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	18.10.	Refrath
33:32	Neuhaus, Christoph	88	ASV Iserlohn	07.03.	Bentfeld
34:00	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
35:02	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
35:25	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
35:34	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld
35:43	Greis, Bob	88	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
35:45	Henseleit, Philipp	88	ASV Iserlohn	11.12.	Ahlen
35:51	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
36:33	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	08.08.	Bersenbrück
36:37	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	07.03.	Bentfeld
36:59	Rohde, Nils	89	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
37:11	Werner, Tobias	87	LG Menden	14.02.	Fröndenberg
38:34	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld
41:48	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
43:52	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
44:15	Heitmann, Hendrick	93	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld
45:39	Heitmann, Felix	93	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld
46:11	Griesbach, Daniel	92	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
58:04	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	14.02.	Fröndenberg

10 km Mannschaft

Rekord: 1:47:23 ASV Iserlohn

BL2008: 1:48:24 ASV Iserlohn

1:47:23	ASV Iserlohn	07.03.	Bentfeld
Neuhaus 33:32, Henseleit 36:26, Rohde 37:25			
2:07:25	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld
Knode 37:31, Heitmann 44:15, Heitmann 45:39			

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

Halbmarathon		Rekord: 1:12:25 Bourgiba, Mohammed 87 MC Menden			
		BL 2008: 1:20:20 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn			
1:19:45	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	04.10.	Köln
1:22:09	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:46:18	Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
Marathon		Rekord: 3:09:59 Schulte, Tobias 80 MC Menden			
		BL 2008:			
3:18:32	Heck, Torben	89	Marathon-Club, Menden	11.10.	Essen
110 m Hürden		Rekord: 14,72* Gesing, Moritz 87 LG Menden			
		BL 2008: 14,78* Gesing, Moritz 87 LG Menden			
14,94	1,9 Gesing, Moritz	87	LG Menden	11.06.	Duisburg
20,52	0,5 Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
3000 m Hindernis		Rekord: 9:50,17 Neuhaus, Christof 88 LG Menden			
		BL 2008: 9:50,17 Neuhaus, Christof 88 ASV Iserlohn			
9:55,04	Neuhaus, Christof	88	Marathon-Club, Menden	22.04.	Essen
4 x 100 m		Rekord: 43,46 TV Deilinghofen			
		BL2008:			
44,50	TuS 1846 Iserlohn			13.09.	Letmathe
	Herzer 92, Drossart 92, Meise 92, Witte 93				
45,69	LG Schwerte			30.05.	Witten
	Wulff 88, Sommer 91, Reith 90, Haschke 91				
47,33	TV Deilinghofen			26.04.	Iserlohn
	Friedewald 93, Dombrink 92, Isenberg 93, Both 93				
50,10	Startgem. LCL/Nighthawks			30.05.	Witten
	Bremer 94, Deutscher 95, Rieger 95, Esser 94				
55,20	TV Deilinghofen			05.09.	Menden
	Schwarze 95, Herget 95, Kosubek 94, Kropp 94				
Hochsprung		Rekord: 2,09 Kurella, , Michael 68 TuS Iserlohn			
		BL 2008: 1,72 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
1,84	Jarkov, Michael	94	LG Menden	20.09.	Attendorn
1,80	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
1,76	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,76	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	26.05.	Iserlohn
1,75	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	20.09.	Attendorn
1,73	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

Forts. Hochsprung		Rekord: 2,09 Kurella, , Michael 68 TuS Iserlohn			
		BL 2008: 1,72 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
1,73	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingsn.
1,70	Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	26.06.	Siegburg
1,68	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,56	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,56	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,55	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,52	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,52	Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,50	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,48	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,48	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,46	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
1,44	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,44	Kosubek, Oliver	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
Stabhochsprung		Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen			
		BL 2008: 2,20 Gesing, Moritz 87 LG Menden			
3,20	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	11.07.	Schalksmühle
2,70	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
2,50	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
2,30	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
2,20	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
2,20	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
2,10	Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
Weitsprung		Rekord: 7,12 Marquis, Frank 68 TG Westhofen			
		BL 2008: 6,37 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg			
6,51	1,4 Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	26.04.	Iserlohn
6,35	-0,5 Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
6,07	0,7 Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04.	Iserlohn
5,87	0,5 Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,70	0,3 Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,68	-0,6 Haurand, Tristan	93	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,48	0 Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	28.08.	Chorzow/PL
5,44	-0,5 Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,40	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
5,33	1 Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,29	1 Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,26	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5,22	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
5,19	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
5,18	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Junioren

Fortsetzung Weitsprung Rekord: 7,12 Marquis, Frank 68 TG Westhofen
BL 2008: 6,37 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg

5,11	1,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,11	1,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,08	0,4	Kropp, Frederic	94	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
5,01		Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
4,99	0	Esser, Felix	94	LC Letmathe	28.08.	Chorzow/PL

Kugelstoß 7,260 kg Rekord: 14,04 Dröscher, Stefan 78 LG Menden
BL 2008: 10,73 Gesing, Moritz 87 LG Menden

9,88		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
9,80		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	19.09.	Fröndenberg

Diskuswurf 2,0 kg Rekord: 47,82 Dröscher, Stefan 78 LG Menden
BL 2008: 29,17 Maszewski, Kristof 87 VfL Fröndenberg

27,41		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	31.01.	Kamen
-------	--	--------------------	----	-----------------	--------	-------

Hammerwurf 7,260 kg Rekord: 20,75 Fingerhut, Matthias 87 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2008:

20,75		Fingerhut, Matthias	87	LC Letmathe	28.08.	Chorzow/PL
-------	--	---------------------	----	-------------	--------	------------

Speerwurf 800 g Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte
BL 2008: 45,61 Gesing, Moritz 87 LG Menden

46,45		Gesing, Moritz	87	LG Menden	20.09.	Attendorn
39,82		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	06.09.	Hagen
36,10		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg

Zehnkampf Rekord: 5414 Kurella, Thomas 79 TuS Iserlohn
BL 2008: 5312 Gesing, Moritz 87 LG Menden

4181		Maszewski, Kristof	87	VfL Fröndenberg	09./10.05	Iserlohn
11,95(-0,4)/6,23/9,20/1,72/64,31 // 20,52(+0,5)/26,77/2,10/33,02/5:30,63						

männliche Jugend A

100 m Rekord: 10,90 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2008: 12,58 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte

11,23	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
11,50	-0,2	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
11,54	0,2	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
11,70	0	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
11,75	0	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

Fortsetzung 100 m Rekord: 10,90 Leyendecker, Roman SV Menden
BL 2008: 12,58 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte

11,91	-1,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
11,98	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18.09.	Neheim
12,00	1,8	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck
12,04	-0,9	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07.	Menden
12,15	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
12,17	-1,3	Jopp, Steffen	91	LC Letmathe	20.09.	Attendorn
12,55	1,3	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,60	-0,7	Haurand, Tristan	93	LG Menden	03.10.	Menden
12,62	0	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
12,69	-0,5	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
12,72	0,5	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
12,74	-0,9	Bremer, Thilo	94	Startgem. LCL/Nighthawk	20.09.	Attendorn
12,75	-0,6	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
12,86	-1,6	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
12,86	1,3	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09.	Letmathe

100 m: Leistungen mit Rückenwind:

11,83	2,3	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,54	2,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,70	2,6	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.

200 m

Rekord: 21,88 Leyendecker, Roman SV Menden

BL 2008: 24,45* Seegert, Michael 89 LC Letmathe/Iserlohn

22,63	-0,3	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	21.06.	Dortmund
22,83	0,9	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	21.06.	Dortmund
23,30	1,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
23,63	0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
23,68	0,4	Lehniger, Martin	91	TuS 1846 Iserlohn	21.06.	Dortmund
24,00	-1,3	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	17.07.	Menden
24,22	1,3	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
24,54	-1,3	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	14.05.	Dortmund
24,94	0,1	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	20.09.	Attendorn
25,41	0,9	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.
25,48	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
26,09	-1,4	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
26,22	0	Haurand, Tristan	93	LG Menden	10.06.	Menden
27,14	1,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck
27,63	0	Siemiatkowski, Armin	93	LC Letmathe	08.05.	Menden
30,07	1,3	Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

23,11	2,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	20.09.	Attendorn
25,52	3,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	30.05.	Gladbeck

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

400 m				
Rekord: 48,0 Audehm, Stefan 70 TuS Iserlohn				
BL 2008: 57,99 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte				
51,78	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
53,26	Jopp, Steffen	91 LC Letmathe	20.09.	Attendorn
53,91	Drossart, Florian	92 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
54,07	Friedewald, Tim	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
54,17	Hollop, Dominik	91 LG Menden	30.05.	Gladbeck
55,31	Erochok, Nikita	91 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
55,44	Witte, Alexander	93 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
56,67	Both, Alexander	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
57,91	Paassen, Robert	93 Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
58,01	Oberste, Julian	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
58,76	Lackner, Lukas	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
59,13	Dombrink, Nik	92 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
59,47	Herzer, Alexander	92 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
60,99	Schulte, Marcel	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
64,88	Dohm, Kevin	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
64,94	Schmitz, Yannick	93 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
67,95	Lenninghaus, Tim	93 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
800 m				
Rekord: 1:49,86 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn				
BL 2008: 1:56,48 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn				
1:52,7	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	11.06.	Duisburg
2:00,36	Hollop, Dominik	91 LG Menden	01.06.	Recklingshn.
2:02,47	Jopp, Steffen	91 LC Letmathe	06.09.	Hagen
2:02,77	Quent, Fabian	90 ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
2:05,13	Hafenmayer, Steffen	91 LG Menden	20.08.	Dortmund
2:07,59	Paassen, Robert	93 Marathon-Club, Menden	20.09.	Attendorn
2:07,64	Meier, Max	91 Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:08,48	Kemper, Johannes	91 Marathon-Club, Menden	05.06.	Neheim
2:11,60	Knode, Felix	92 Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:17,63	Schroeder, Janosch	94 Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
2:34,05	Siemiakowski, Armin	93 LC Letmathe	07.06.	Hagen
2:34,86	Schadwill, Damian	93 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2:45,76	Kluge, Patrick	92 Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
2:46,07	Wilms, Paul	93 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
1000 m				
Rekord: 2:25,3 Welzel, , Volker 61 VfL Platte-Heide				
BL 2008: 2:31,59 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn				
2:29,45	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	14.05.	Dortmund
2:34,29	Hollop, Dominik	91 LG Menden	31.07.	Leverkusen
2:43,58	Quent, Fabian	90 ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:49,16	Krampe, Jannis	94 TV Deilinghofen	10.06.	Menden
2:50,46	Schroeder, Janosch	94 Marathon-Club, Menden	30.08.	Hagen

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

Fortsetzung 1000 m				
Rekord: 2:25,3 Welzel, , Volker 61 VfL Platte-Heide				
BL 2008: 2:31,59 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn				
2:54,33	Paassen, Robert	93 Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum
2:56,90	Bartsch, Florian	90 ASV Iserlohn	21.08.	Berg.-Gladbach
2:58,63	Esser, Felix	94 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:05,80	Deutscher, Niklas	95 LC Letmathe	14.08.	Lippstadt
3:12,67	Schmidt, Alexander	94 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95 ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97 Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,08	Schwarze, Ruben	95 TV Deilinghofen	05.09.	Menden
3:30,64	Franke, Niklas	96 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
1500 m				
Rekord: 3:48,8 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide				
BL 2008: 4:00,28 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn				
3:59,49	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	21.06.	Dortmund
4:02,83	Hollop, Dominik	91 LG Menden	11.06.	Duisburg
4:21,20	Kemper, Johannes	91 Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:23,83	Knode, Felix	92 Marathon-Club, Menden	01.06.	Sieburg
4:26,49	Meier, Max	91 Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:28,10	Kiehn, Max	92 LG Menden	10.06.	Menden
4:38,38	Paassen, Robert	93 Marathon-Club, Menden	05.09.	Kamen
4:38,90	Hafenmayer, Steffen	91 LG Menden	13.09.	Letmathe
5:08,62	Friedewald, Tim	93 TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
5:11,25	Oberste, Julian	92 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
5:20,90	Picht, Christopher	93 TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
5:42,81	Schmitz, Yannick	93 ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
6:04,35	Drossart, Florian	92 TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
3000 m				
Rekord: 8:22,0 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide				
BL 2008: 9:09,04 Rustemeier, Fabian 89 LG Menden				
8:55,50	Glowa, Alexander	90 ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
9:40,12	Knode, Felix	92 Marathon-Club, Menden	20.06.	Dortmund
9:44,86	Schroeder, Janosch	94 Marathon-Club, Menden	05.09.	Almelo/NL
9:46,56	Meier, Max	91 Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
9:49,16	Kiehn, Max	92 LG Menden	20.06.	Dortmund
9:50,76	Quent, Simon	90 ASV Iserlohn	10.06.	Menden
9:55,95	Krampe, Jannis	94 TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
9:59,12	Kemper, Johannes	91 Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
10:25,61	Bartsch, Florian	90 ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95 ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

5000 m	Rekord: 15:05,4 Welzel,, Volker 61 VfL Platte-Heide BL 2008: 16:33,92 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn			
16:44,00	Knobe, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.09. Attendorn
16:50,89	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
17:11,19	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	20.09. Attendorn
17:48,0	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
18:24,19	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn

10 km	Rekord: 32:17 Bourgiba, Mohammed 87 MC Menden BL 2008: 35:38 Glowa, Alexander 90 ASV Iserlohn			
-------	--	--	--	--

34:00	Quent, Simon	90	ASV Iserlohn	11.12. Ahlen
35:02	Glowa, Alexander	90	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
35:25	Quent, Fabian	90	ASV Iserlohn	11.12. Ahlen
35:34	Meier, Max	91	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
35:51	Knobe, Felix	92	Marathon-Club, Menden	10.10. Coesfeld
36:37	Hafenmayer, Steffen	91	LG Menden	07.03. Bentfeld
37:35	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	11.12. Ahlen
38:34	Kemper, Johannes	91	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
41:48	Bartsch, Florian	90	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
43:52	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
44:15	Heitmann, Hendrick	93	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
45:39	Heitmann, Felix	93	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
46:11	Griesbach, Daniel	92	ASV Iserlohn	14.02. Fröndenberg
58:04	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	14.02. Fröndenberg
70:06	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	14.02. Fröndenberg

4 x 100 m	Rekord: 43,46 TV Deilinghofen BL2008:			
-----------	--	--	--	--

44,50	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
47,33	Herzer 92, Drossart 92, Meise 92, Witte 93 TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
50,10	Friedewald 93, Dombrink 92, Isenberg 93, Both 93 Startgem. LCL/Nighthawks	30.05.	Witten
55,20	Bremer 94, Deutscher 95, Rieger 95, Esser 94 TV Deilinghofen	05.09.	Menden
	Schwarze 95, Herget 95, Kosubek 94, Kropp 94		

4 x 400 m	Rekord: 3:32,52 TV Deilinghofen BL2008:			
-----------	--	--	--	--

3:53,96	TuS 1846 Iserlohn	26.04.	Iserlohn
	Witte 93, Drossart 92, Lehniger 91, Erochok 91		

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

Olymp. Stf. (400/200/200/	Rekord: 3:35,31 TV Deilinghofen BL2008:
---------------------------	--

3:51,14	LG Schwerte	21.05.	Kreuztal
	Sommer 91, Sommer 90, Reith 90, Haschke 91		

Schwedenstf. (400/300/200	Rekord: 2:15,51 TuS 1846 Iserlohn BL2008:
---------------------------	--

2:15,51	TuS 1846 Iserlohn	26.04.	Iserlohn
	Lehniger 91, Witte 93, Drossart 92, Erochok 91		

Hochsprung	Rekord: 2,09 Kurella,, Michael 68 TuS Iserlohn BL 2008: 1,46 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte			
------------	---	--	--	--

1,84	Jarkov, Michael	94	LG Menden	20.09. Attendorn
1,80	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	20.09. Attendorn
1,76	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	26.04. Iserlohn
1,76	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	26.05. Iserlohn
1,73	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04. Iserlohn
1,73	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	01.06. Recklingshn.
1,70	Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	26.06. Siegburg
1,68	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,56	Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,56	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
1,55	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04. Iserlohn
1,52	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,52	Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,50	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09. Letmathe
1,48	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,48	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
1,48	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
1,46	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05. Iserlohn
1,44	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,44	Kosubek, Oliver	94	TV Deilinghofen	05.09. Menden

Weitsprung	Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen BL 2008: 5,30* Reith, Sebastian 90 LG Schwerte			
------------	--	--	--	--

6,35	-0,5	Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
6,07	0,7	Sommer, Matthias	91	LG Schwerte	26.04. Iserlohn
5,87	0,5	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
5,70	0,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
5,68	-0,6	Haurand, Tristan	93	LG Menden	13.09. Letmathe
5,44	-0,5	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09. Letmathe
5,40		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
5,33	1	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	26.04. Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend A

Fortsetzung Weitsprung	Rekord: 7,43 Nowak, Sebastian 82 TV Deilinghofen				
	BL 2008: 5,30* Reith, Sebastian 90 LG Schwerte				
5,29	1	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	26.04. Iserlohn
5,26		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
5,22		Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
5,19		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
5,18		Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
5,11	1,1	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	26.04. Iserlohn
5,11	1,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
5,08	0,4	Kropp, Frederic	94	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
5,01		Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
4,99	0	Esser, Felix	94	LC Letmathe	28.08. Chorzow/PL
4,97	1,5	Reith, Sebastian	90	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
4,94	1	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	12.09. Hemer

Kugelstoß 6,0 kg Rekord: 17,24 Kersting, Peter LAV Menden
BL 2008: 10,17 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

11,68		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	16.05. Ergste
8,42		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn

Diskuswurf 1,750 kg Rekord: 53,04 Dröscher, Stefan 78 LG Menden
BL 2008: 21,07 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte

29,33		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	16.05. Ergste
-------	--	-----------------	----	-------------	---------------

Speerwurf 800 g Rekord: 54,24 Cipa, Dirk 73 LG Schwerte
BL 2008: 28,49 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte

39,82		Haschke, Tobias	91	LG Schwerte	06.09. Hagen
-------	--	-----------------	----	-------------	--------------

Fünfkampf Rekord: 3789 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn
BL 2008: 2073 Reith, Sebastian 90 LG Schwerte

2503		Erochok, Nikita	91	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
		11,89(-1,4)/5,19/8,42/1,56/55,31			

männliche Jugend B

100 m Rekord: 11,23* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn
BL 2008: 11,35* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn

11,23	0	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
11,54	0,2	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09. Letmathe
11,91	-1,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
11,98	0	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18.09. Neheim
12,00	1,8	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	30.05. Gladbeck

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

Fortsetzung 100 m Rekord: 11,23* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn
BL 2008: 11,35* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn

12,15	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
12,55	1,3	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,60	-0,7	Haurand, Tristan	93	LG Menden	03.10. Menden
12,62	0	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
12,69	-0,5	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
12,72	0,5	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
12,74	-0,9	Bremer, Thilo	94	Startgem. LCL/Nighthawk	20.09. Attendorn
12,75	-0,6	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
12,86	-1,6	Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
12,86	1,3	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09. Letmathe
12,89	0,9	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
12,96	2	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,98	2	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,99	0	Esser, Felix	94	LC Letmathe	07.06. Hagen
13,04	0	Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	28.08. Chorzow/PL

100 m Leistungen mit Rückenwind:

11,83	2,3	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,54	2,3	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,70	2,6	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	01.06. Recklingshn.
12,90	2,3	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	12.09. Hemer

200 m Rekord: 22,65 Schirmer, Matthias Letmather TV
BL 2008: 23,65* Drossart, Florian 92 LG Iserlohn

22,83	0,9	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	21.06. Dortmund
23,30	1,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	13.09. Letmathe
23,63	0,1	Meise, Jean-Henrik	92	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
24,22	1,3	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
24,94	0,1	Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	20.09. Attendorn
25,41	0,9	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	01.06. Recklingshn.
25,48	0	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
26,22	0	Haurand, Tristan	93	LG Menden	10.06. Menden
27,14	1,2	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	30.05. Gladbeck
27,63	0	Siemiakowski, Armin	93	LC Letmathe	08.05. Menden
30,07	1,3	Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe

Leistungen mit Rückenwind:

23,11	2,3	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	20.09. Attendorn
25,52	3,8	Haurand, Tristan	93	LG Menden	30.05. Gladbeck

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

400 m	Rekord: 49,05 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 53,72 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
53,91	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
54,07	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
55,44	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
56,67	Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
57,91	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	14.05. Dortmund
58,01	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
58,76	Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
59,13	Dombink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
59,47	Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
60,99	Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
64,88	Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
64,94	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05. Iserlohn
67,95	Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
800 m	Rekord: 1:52,54 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 2:01,64 Hollop, Dominik 91 LG Menden			
2:07,59	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	20.09. Attendorn
2:11,60	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	08.05. Menden
2:17,63	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	01.06. Sieburg
2:34,05	Siemiakowski, Armin	93	LC Letmathe	07.06. Hagen
2:34,86	Schadwill, Damian	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
2:45,76	Kluge, Patrick	92	Marathon-Club, Menden	08.05. Menden
2:46,07	Wilms, Paul	93	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
1000 m	Rekord: 2:26,78 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 2:36,26 Hollop, Dominik 91 LG Menden			
2:49,16	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	10.06. Menden
2:50,46	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	30.08. Hagen
2:54,33	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	13.06. Bochum
2:58,63	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09. Letmathe
3:05,80	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	14.08. Lippstadt
3:12,67	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09. Letmathe
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	13.08. Berg.-Gladbach
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05. Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06. Schwerte
3:30,08	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	05.09. Menden
3:30,64	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

Fortsetzung 1000 m	Rekord: 2:26,78 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 2:36,26 Hollop, Dominik 91 LG Menden			
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe
3:31,76	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3:31,94	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3:33,29	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:33,82	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
1500 m	Rekord: 3:58,10 Daniels, Eric LG Iserlohn BL 2008: 4:10,62 Hollop, Dominik 91 LG Menden			
4:23,83	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	01.06. Sieburg
4:28,10	Kiehn, Max	92	LG Menden	10.06. Menden
4:38,38	Paassen, Robert	93	Marathon-Club, Menden	05.09. Kamen
5:08,62	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09. Neheim
5:11,25	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
5:20,90	Picht, Christopher	93	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
5:42,81	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05. Iserlohn
6:04,35	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05. Iserlohn
3000 m	Rekord: 8:37,22 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen BL 2008: 9:37,33 Kiehn, Maximilian 92 LG Menden			
9:40,12	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.06. Dortmund
9:44,86	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09. Almelo/NL
9:49,16	Kiehn, Max	92	LG Menden	20.06. Dortmund
9:55,95	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	21.06. Betzdorf
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
5000 m	Rekord: 15:02,1 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen BL 2008: 17:06,92 Hafenmayer, Steffen 91 LG Menden			
16:44,00	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	20.09. Attendorn
10 km	Rekord: 32:09 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen BL 2008: 36:17 Hafenmayer, Steffen 91 LG Menden			
35:51	Knode, Felix	92	Marathon-Club, Menden	10.10. Coesfeld
37:35	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	11.12. Ahlen
43:52	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
44:15	Heitmann, Hendrick	93	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
45:39	Heitmann, Felix	93	Marathon-Club, Menden	07.03. Bentfeld
46:05	Schimmel, Kai	93	Marathon-Club, Menden	11.12. Ahlen
46:11	Griesbach, Daniel	92	ASV Iserlohn	14.02. Fröndenberg
58:04	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	14.02. Fröndenberg
70:06	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	14.02. Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

10 km Mannschaft		Rekord: 1:50:22 ASV Iserlohn BL2008:			
2:07:25	Marathon-Club, Menden	07.03.	Bentfeld		
Knode 37:31, Heitmann 44:15, Heitmann 45:39					
Halbmarathon		Rekord: 1:19:45 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden BL 2008: 1:26:55 Knode, Felix 92 Marathon-Club, Menden			
1:19:45	Knode, Felix	04.10.	Köln		
110 m Hürden		Rekord: 14,94 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2008: 15,84* Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
15,40	1,3 Friedewald, Tim	21.06.	Dortmund		
17,22	0,9 Drossart, Florian	10.05.	Iserlohn		
17,44	1,3 Oberste, Julian	21.06.	Dortmund		
20,50	0,9 Schmitz, Yannick	10.05.	Iserlohn		
22,00	0 Schulte, Marcel	01.06.	Recklinghsn.		
Leistungen mit Rückenwind:					
19,59	2,3 Schulte, Marcel	30.05.	Gladbeck		
400 m Hürden		Rekord: 57,34 Spancken, Christian 87 LG Menden BL 2008:			
64,14	Friedewald, Tim	01.06.	Recklinghsn.		
4 x 100 m		Rekord: 44,15 LG Iserlohn BL2008: 44,15 LG Iserlohn			
44,50	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe		
Herzer 92, Drossart 92, Meise 92, Witte 93					
47,33	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn		
Friedewald 93, Dombrink 92, Isenberg 93, Both 93					
50,10	Startgem. LCL/Nighthawks	30.05.	Witten		
Bremer 94, Deutscher 95, Rieger 95, Esser 94					
55,20	TV Deilinghofen	05.09.	Menden		
Schwarze 95, Herget 95, Kosubek 94, Kropp 94					
Hochsprung		Rekord: 2,09 Kurella., Michael 68 TuS Iserlohn BL 2008: 1,90 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
1,84	Jarkov, Michael	20.09.	Attendorn		
1,76	Friedewald, Tim	26.04.	Iserlohn		
1,76	Oberste, Julian	26.05.	Iserlohn		
1,73	Schulte, Marcel	01.06.	Recklinghsn.		
1,70	Fürst, Robin	26.06.	Siegburg		
1,68	Drossart, Florian	09.05.	Iserlohn		

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend BFortsetzung Hochsprung Rekord: 2,09 Kurella., Michael 68 TuS Iserlohn
BL 2008: 1,90 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

1,56	Limbach, Alexander	27.06.	Lüdinghausen		
1,55	Lackner, Lukas	26.04.	Iserlohn		
1,52	Dombrink, Nik	09.05.	Iserlohn		
1,52	Lenninghaus, Tim	09.05.	Iserlohn		
1,50	Esser, Felix	13.09.	Letmathe		
1,48	Dohm, Kevin	09.05.	Iserlohn		
1,48	Pfaller, Christian	09.05.	Iserlohn		
1,48	Tentscher, Dominik	27.06.	Lüdinghausen		
1,46	Fuckert, Till	10.05.	Iserlohn		
1,44	Schmitz, Yannick	09.05.	Iserlohn		
1,44	Kosubek, Oliver	05.09.	Menden		
1,42	Maurer, Stefan	10.05.	Iserlohn		
1,42	Ernst, Tobias	12.09.	Hemer		
1,41	Mollen, Patrick	13.09.	Letmathe		
Stabhochsprung		Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen BL 2008: 3,10 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
3,20	Oberste, Julian	11.07.	Schalksmühle		
2,70	Friedewald, Tim	19.09.	Neheim		
2,50	Drossart, Florian	10.05.	Iserlohn		
2,30	Ernst, Tobias	26.04.	Iserlohn		
2,20	Bremer, Thilo	26.04.	Iserlohn		
2,20	Schmitz, Yannick	10.05.	Iserlohn		
Weitsprung		Rekord: 7,25 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen BL 2008: 6,21* Haschke, Tobias 91 LG Schwerte			
5,87	0,5 Friedewald, Tim	12.09.	Hemer		
5,70	0,3 Oberste, Julian	12.09.	Hemer		
5,68	-0,6 Haurand, Tristan	13.09.	Letmathe		
5,44	-0,5 Jarkov, Michael	13.09.	Letmathe		
5,40	Drossart, Florian	09.05.	Iserlohn		
5,33	1 Isenberg, Marwin	26.04.	Iserlohn		
5,29	1 Schulte, Marcel	26.04.	Iserlohn		
5,26	Dombrink, Nik	09.05.	Iserlohn		
5,22	Pfaller, Christian	09.05.	Iserlohn		
5,18	Both, Alexander	09.05.	Iserlohn		
5,11	1,1 Lackner, Lukas	26.04.	Iserlohn		
5,11	1,6 Limbach, Alexander	12.09.	Hemer		
5,08	0,4 Kropp, Frederic	11.06.	Iserlohn		
5,01	Lenninghaus, Tim	09.05.	Iserlohn		
4,99	0 Esser, Felix	28.08.	Chorzow/PL		
4,94	1 Dohm, Kevin	12.09.	Hemer		
4,91	1,2 Krampe, Jannis	01.08.	Bad Oeynhsn.		

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

Fortsetzung Weitsprung

Rekord: 7,25 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen

BL 2008: 6,21* Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

4,90	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
4,87	-0,6	Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
4,85	-1,5	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	11.06.	Iserlohn

Dreisprung

Rekord: 11,80* Oberste, Julian 92 TV Deilinghofen

BL 2008: 10,96 Oberste, Julian 92 TV Deilinghofen

11,80	-0,5	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	21.06.	Dortmund
11,51	1,2	Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
11,49	1,1	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	30.05.	Gladbeck

Kugelstoß 5,0 kg

Rekord: 17,10 Dröscher, Stefan 78 LG Menden

BL 2008: 12,79 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

12,46		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	13.09.	Letmathe
11,22		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	25.04.	Fröndenberg
11,14		Pfaller, Christian	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
10,64		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	20.09.	Attendorn
10,63		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
10,49		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
9,32		Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
9,29		Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
9,16		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
8,13		Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
8,05		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,01		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
7,70		Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
7,48		Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
6,97		Hines, Michael	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Diskuswurf 1,500 kg

Rekord: 51,32 Dröscher, Stefan 78 LG Menden

BL 2008: 33,02 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

31,60		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
26,48		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
21,04		Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
18,21		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn

Hammerwurf 5,0 kg

Rekord: 42,00 Weber, Martin 70 TuS Iserlohn

BL 2008:

35,08		Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.09.	Altena
-------	--	------------------	----	--------------------------	--------	--------

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

Speerwurf 700 g

Rekord: 56,72 Friederici-Daly, Dominique 93 ASV Iserlohn

BL 2008: 46,62 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

56,72		Friederici-Daly, Dominique	93	ASV Iserlohn	28.08.	Chorzow/PL
41,05		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	26.05.	Iserlohn
36,56		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	19.09.	Neheim
34,35		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	26.05.	Iserlohn
32,48		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	20.09.	Attendorn
32,00		Isenberg, Marwin	93	TV Deilinghofen	20.09.	Attendorn
28,70		Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
25,77		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn

Fünfkampf

Rekord: 3891 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2008: 3308 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte

3021		Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
						11,39(-1,8)/5,40/12,11/1,68/53,91
2787		Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						12,33(-0,5)/5,68/10,49/1,68/54,07
2559		Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						12,69(-0,5)/5,51/10,96/1,68/58,01
2314		Dombrink, Nik	92	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						12,27(-1,8)/5,26/9,16/1,52/59,13
2225		Witte, Alexander	93	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
						11,72(-1,6)/4,87(-0,6)/8,01/1,24/55,44
2179		Lackner, Lukas	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						13,14(-0,5)/5,03/10,52/1,48/58,76
2150		Schulte, Marcel	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						13,36(-1,6)/4,78(-0,3)/10,63/1,64/60,99
2054		Both, Alexander	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						12,86(-1,8)/5,18/7,70/1,32/56,67
1883		Herzer, Alexander	92	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
						12,57(-0,5)/4,27/8,05/1,36/59,47
1690		Lenninghaus, Tim	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						13,52(-1,6)/5,01/7,48/1,52/67,95
1688		Dohm, Kevin	93	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
						13,38(-1,8)/4,40/8,13/1,48/64,88

Fünfkampf Mannschaft

Rekord: 13995 TV Deilinghofen

BL2008:

11989		TV Deilinghofen			09.05.	Iserlohn
						Friedewald 2787, Oberste 2559, Dombrink 2314
						Lackner 2179, Schulte 2150

Ausdruck vom 23.12.2009

männliche Jugend B

Zehnkampf	Rekord: 7179 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2008: 6094 Haschke, Tobias 91 LG Schwerte				
5123	Friedewald, Tim	93	TV Deilinghofen	18./19.05	Neheim
	11,98(0,0)/5,64(-0,1)/9,59/1,72/56,00 // 15,48(0,5)/26,48/2,70/36,56/5:08,62				
4846	Oberste, Julian	92	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	12,69(-0,5)/5,51/10,96/1,68/58,01 // 17,59(+0,9)/29,86/2,90/39,25/5:11,25				
4591	Drossart, Florian	92	TuS 1846 Iserlohn	09./10.05	Iserlohn
	11,39(-1,8)/5,40/12,11/1,68/53,91 // 17,22(+0,9)/18,21/2,50/25,77/6:04,35				
3029	Schmitz, Yannick	93	ESV Nighthawks, Iserlohn	09./10.05	Iserlohn
	13,73(-0,5)/4,40/8,54/1,44/64,94 // 20,50(+0,9)/21,04/2,20/28,70/5:42,81				

Schüler M15

100 m	Rekord: 11,35 Jata, Michael 88 LG Iserlohn BL 2008: 11,67* Witte, Alexander 93 LG Iserlohn				
12,62	0	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
12,72	0,5	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
12,74	-0,9	Bremer, Thilo	94	Startgem. LCL/Nighthawk	20.09. Attendorn
12,86	1,3	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09. Letmathe
12,89	0,9	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
12,96	2	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
12,99	0	Esser, Felix	94	LC Letmathe	07.06. Hagen
13,04	0	Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	28.08. Chorzow/PL
13,05	2	Kropp, Frederic	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,47	1	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
13,48	-0,6	Decker, Julian	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
13,50	1,3	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09. Letmathe
13,76	0	Beck, Max	94	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
13,82	2	Gillmann, Alexander	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,87	2	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,93	0,4	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
14,02	0,9	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05. Iserlohn
14,22	2	Heesmann, Leon	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
14,26	1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
14,28	-0,6	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	05.09. Menden

Leistungen mit Rückenwind:

12,70	2,6	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	01.06. Recklingshn.
-------	-----	----------------	----	-----------------	---------------------

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

300 m	Rekord: 37,67 Mohr, Christopher 89 LG Menden BL 2008: 38,62 Both, Alexander 93 TV Deilinghofen				
41,7	Esser, Felix	94	LC Letmathe	27.06.	Schwerte
42,71	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
43,88	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
46,71	Hamer, Phillip	94	Marathon-Club, Menden	03.05.	Menden
1000 m	Rekord: 2:29,8 Schröder, Sören 72 LG Iserlohn BL 2008: 2:57,34 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden				
2:49,16	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	10.06.	Menden
2:50,46	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	30.08.	Hagen
2:58,63	Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:05,80	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	14.08.	Lippstadt
3:12,67	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,08	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
3:30,64	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:31,76	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:31,94	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:33,29	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:33,82	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:34,84	Rammert, Timo	97	LG Menden	03.10.	Menden
2000 m	Rekord: 5:50,09 Preuß, Andreas Letmather TV BL 2008:				
6:20,27	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
6:39,76	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	08.05.	Menden
6:50,03	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	08.05.	Menden
6:54,23	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
7:24,3	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
7:37,7	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
8:40,12	Poggel, Jan	95	LC Letmathe	08.05.	Menden
9:13,3	Leusmann, Louis	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

3000 m		Rekord: 9:07,1 Preuß, Andreas Letmather TV			
		BL 2008: 11:24,5 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden			
9:44,86	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	05.09.	Almelo/NL
9:55,95	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
5 km		Rekord: 16:13 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen			
		BL 2008: 19:25 Paassen, Robert 93 Marathon-Club, Menden			
16:57	Schroeder, Janosch	94	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:05	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
19:20	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:55	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
20:05	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
21:06	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:39	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	25.10.	Oeventrop
21:54	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
22:28	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
22:43	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
22:44	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
23:20	Preuß, Luis	98	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:23	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:28	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:35	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:43	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:51	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn

80 m Hürden		Rekord: 10,97* Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen				
		BL 2008: 11,26* Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen				
12,92	0,6	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
13,20	-0,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	30.08.	Hagen
13,52	-0,7	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
14,92	-0,1	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
15,70	-0,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen

4 x 100 m		Rekord: 47,86 TV Deilinghofen			
		BL2008: 48,01 TV Deilinghofen			
50,10		Startgem. LCL/Nighthawks		30.05.	Witten
		Bremer 94, Deutscher 95, Rieger 95, Esser 94			
55,20		TV Deilinghofen		05.09.	Menden
		Schwarze 95, Herget 95, Kosubek 94, Kropp 94			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

3 x 1000 m		Rekord: 8:17,02 Letmather TV				
		BL2008: 9:25,38 Marathon-Club, Menden				
10:22,07		Startgem. LCL/Nighthawks		26.04.	Iserlohn	
		Deutscher 95, Bremer 94, Esser 94				
10:48,9		ASV Iserlohn		04.09.	Schwerte	
		Haude 99, Köhne 98, Ritzmann 98				
10:50,18		Marathon-Club, Menden		26.04.	Letmathe	
		Geuken 98, Bawey 98, Geuken 97				
11:02,5		LG Schwerte		04.09.	Schwerte	
		Koster 97, Rüssel 97, Weissenberg 97				
11:19,6		Marathon-Club, Menden		04.09.	Schwerte	
		Leusmann 97, Franke 96, Schoppe 96				
11:26,9		LG Schwerte		04.09.	Schwerte	
		Bednarik 98, Lesinski 98, Reimann 98				
12:12,37		LC Letmathe		26.04.	Iserlohn	
		Vogel 98, Brinkmann 98, Fischer 00				
12:16,7		TuS 1846 Iserlohn		04.09.	Schwerte	
		Ebel 00, Maus 00, Vogt 00				
12:22,3		LG Schwerte		04.09.	Schwerte	
		Lesinski 98, Bablich 99, Feldhaus 99				
13:40,8		TuS 1846 Iserlohn		04.09.	Schwerte	
		Miczka 00, Schmidt 00, Ettler 01				
13:46,0		LG Schwerte		04.09.	Schwerte	
		Böttner 00, Knappstein 00, Waldheim 02				
14:32,3		LG Schwerte		04.09.	Schwerte	
		Görtz 01, Queisser 00, Koster 00				
Hochsprung		Rekord: 2,00 Kurella, Michael 68 TuS Iserlohn				
		BL 2008: 1,75 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen				
1,84		Jarkov, Michael	94	LG Menden	20.09.	Attendorn
1,70		Fürst, Robin	94	ASV Iserlohn	26.06.	Siegburg
1,56		Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,50		Esser, Felix	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,48		Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,46		Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
1,44		Kosubek, Oliver	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,42		Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,42		Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,41		Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,38		Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,38		Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,36		Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
1,36		Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,35		Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

Fortsetzung Hochsprung

Rekord: 2,00 Kurella., Michael 68 TuS Iserlohn

BL 2008: 1,75 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

1,34	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
1,34	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,34	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,30	Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Stabhochsprung

Rekord: 4,41 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen

BL 2008: 2,30 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

2,30	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
2,20	Bremer, Thilo	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn

Weitsprung

Rekord: 6,33 Steinheuser, Mirko TV Deilinghofen

BL 2008: 5,96 Both, Alexander 93 TV Deilinghofen

5,44	-0,5	Jarkov, Michael	94	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,11	1,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
5,08	0,4	Kropp, Frederic	94	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,99	0	Esser, Felix	94	LC Letmathe	28.08.	Chorzow/PL
4,91	1,2	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	01.08.	Bad Oeynhsn.
4,90	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	01.06.	Bad Oeynhsn.
4,85	-1,5	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	11.06.	Iserlohn
4,83	0,9	Gillmann, Alexander	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,68	1,1	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
4,62	0	Heesmann, Leon	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,52	0,3	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,48	-0,2	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,27	0,1	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
4,18	1,3	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,18	-0,3	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,01	1,2	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
4,00	0,9	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
3,76	0,1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	21.06.	Menden

Leistungen mit Rückenwind:

4,47	2,2	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
4,44	3,3	Decker, Julian	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 15,53 Hofmann, Jonas 90 TV Deilinghofen

BL 2008: 11,65 Schulte, Marcel 93 TV Deilinghofen

9,05	Beck, Max	94	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,28	Schmitz, Benjamin	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,16	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
8,07	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
8,03	Jarkov, Michael	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
7,83	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,45	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
7,28	Decker, Julian	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
7,28	Schmidt, Alexander	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
6,57	Kosubek, Oliver	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
6,28	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
6,06	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
6,06	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
5,34	Cziurlok, Eryk	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe

Ballwurf 200 g

Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2008: 60,00 Flor, Lukas 93 TV Deilinghofen

60,50	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
60,00	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
53,00	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
51,50	Heesmann, Leon	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
49,00	Gillmann, Alexander	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
46,50	Kropp, Frederic	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
46,00	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
46,00	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
45,00	Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
45,00	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
43,50	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
43,00	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
42,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
40,50	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,50	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,00	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
38,00	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	01.08.	Bad Oeynhsn.
37,00	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
35,00	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
35,00	Turck, Florian	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

Vierkampf Rekord: 2182 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks
BL 2008:

1945	Jarkov, Michael	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	13,14(-0,6)/5,09(+0,8)/1,70/8,03				
1763	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,49(+1,0)/4,50(-0,5)/1,54/7,75				
1644	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,47(+1,0)/4,01(+1,2)/1,38/8,07				
1586	Decker, Julian	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,48(-0,6)/4,44(+3,3)/1,26/7,28				
1545	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	14,02(+0,9)/4,53(+0,4)/1,34/6,28				
1506	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
	14,89(+0,9)/4,25(+0,5)/1,46/6,06				
1483	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	14,32(+0,9)/4,27(+0,1)/1,34/6,06				
1467	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	14,26(+1,0)/4,09(+2,4)/1,30/6,45				
1402	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	15,06(+0,9)/3,79(+0,7)/1,34/6,52				

Vierkampf Mannschaft Rekord: 9913 TV Deilinghofen
BL2008:

7943	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	Limbach 1763, Reinke 1644, Decker 1586 Hollop 1483, Schwarze 1467		

Blockwettkampf Sprint Rekord: 2843 Venghaus, Björn 85 TV Deilinghofen
BL 2008: 2648 Friedewald, Tim 93 TV Deilinghofen

2399	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	11.07.	Schalksmühle
	12,9(+2,0)/13,1(+2,3)/4,87(+1,1)/1,50/28,02				
2277	Tentscher, Dominik	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	12,89(+0,9)/12,92(+0,6)/4,68(+1,1)/1,48/14,94				
2005	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,86(-1,6)/15,70(-0,1)/4,12(+0,6)/1,36/26,37				
1939	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,69(-1,6)/14,92(-0,1)/3,95(+1,1)/1,32/19,83				

Blockwettkampf Lauf Rekord: 2388 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen
BL 2008:

2388	Krampe, Jannis	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	12,72(+0,5)/13,52(-0,7)/4,85(+0,6)/36,50/6:20,27				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M15

Blockwettkampf Mannschaft Rekord: 12730 TV Deilinghofen
BL2008: 12730 TV Deilinghofen

10969	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	Krampe 2388, Limbach 2360, Tentscher 2277 Herget 2005, Hollop 1939		
10081	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Ernst 2188, Mollen 2108, Gertischke 2081 Olbrich 1882, Graf 1822		

Schüler M14

100 m Rekord: 11,97* Jata, Michael 88 LG Iserlohn
BL 2008: 12,85* Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen

12,96	2	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,47	1	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
13,87	2	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,93	0,4	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
14,02	0,9	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
14,26	1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
14,28	-0,6	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
14,32	0,9	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
14,58	-0,2	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
14,6	1,6	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte

1000 m Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV
BL 2008: 2:55,72 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen

3:05,80	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	14.08.	Lippstadt
3:13,58	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	13.08.	Berg.-Gladbach
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:23,71	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,08	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
3:30,64	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:31,76	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:31,94	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:33,29	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:33,82	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:34,84	Rammert, Timo	97	LG Menden	03.10.	Menden
3:35,43	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:36,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:37,3	Menke, Thilo	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:39,8	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenber	19.09.	Fröndenber

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M14

2000 m					
Rekord: 5:59,1 Preuß, Andreas 19 VfL Fröndenberg					
BL 2008: 6:31,14 Krampe, Jannis 94 TV Deilinghofen					
6:50,03	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	08.05.	Menden
6:54,23	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
7:24,3	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
7:37,7	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
8:40,12	Poggel, Jan	95	LC Letmathe	08.05.	Menden
9:13,3	Leusmann, Louis	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
3000 m					
Rekord: 9:37,17 Daniels, Eric 19 Letmather TV					
BL 2008: 10:29,68 Schroeder, Janosch 94 MC, Menden					
10:52,34	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
13:08,2	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
5 km					
Rekord: 17:51 Meier, Max 91					
BL 2008: 18:59 Schroeder, Janosch 94 Marathon-Club, Menden					
19:05	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
19:20	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:55	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
20:05	Trakowsky, Sebastian	95	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
21:06	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:54	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
22:28	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
22:43	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
22:44	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
23:20	Preuß, Luis	98	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:23	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:28	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:35	Pomm, Dominik	95	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:43	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:51	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
25:21	Poggel, Jan	95	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
25:23	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
80 m Hürden					
Rekord: 11,35* Sommer, Niko 90 LG Schwerte					
BL 2008: 13,38 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen					
13,20	-0,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	30.08. Hagen
14,92	-0,1	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
15,70	-0,1	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M14

Hochsprung					
Rekord: 2,00 Kurella, Michael 68 TV Deilinghofen					
BL 2008: 1,60 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen					
1,56		Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
1,46		Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05. Iserlohn
1,42		Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05. Iserlohn
1,42		Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
1,41		Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
1,38		Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,38		Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05. Iserlohn
1,36		Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
1,36		Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.06. Werl
1,35		Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
1,34		Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05. Iserlohn
1,34		Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,34		Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,30		Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,30		Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05. Iserlohn
1,30		Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,30		Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,30		Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
1,29		Kornobis, Martin	99	LG Menden	21.06. Menden
1,26		Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05. Iserlohn
1,26		Henning, Daniel	96	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
1,26		Schimkat, Jonah	98	LG Menden	05.09. Menden
1,26		Gollan, Robin	96	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
Weitsprung					
Rekord: 5,86 Ruppel, Robert LG Iserlohn					
BL 2008: 5,28* Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen					
5,11	1,6	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
4,90	0	Maus, Benedikt	95	TuS 1846 Iserlohn	01.06. Bad Oeynhsn.
4,85	-1,5	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	11.06. Iserlohn
4,52	0,3	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
4,48	-0,2	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4,27	0,1	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
4,18	1,3	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
4,01	1,2	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
4,00	0,9	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
3,76	0,1	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	21.06. Menden
Leistungen mit Rückenwind:					
4,47	2,2	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M14

Kugelstoß 4,0 kg		Rekord: 13,16 Schotte, Sebastian 81 TV Deilinghofen			
		BL 2008: 11,52 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
8,28	Schmitz, Benjamin	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,16	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
8,07	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
7,83	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,45	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
6,28	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
6,06	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
6,06	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
Diskuswurf 1,0 kg		Rekord: 39,44 Cipa, Carsten 77 LC Schwerte			
		BL 2008: 27,69 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
22,90	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	16.05.	Ergste
Speerwurf 600 g		Rekord: 49,86 Sommer, Niko 90 LG Schwerte			
		BL 2008: 43,58 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
30,45	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
29,92	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
21,01	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,83	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
Ballwurf 200 g		Rekord: 80,00 Sommer, Niko 90 LG Schwerte			
		BL 2008: 76,50 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
60,50	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
60,00	Mette, Dominik	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
53,00	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
46,00	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
46,00	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
45,00	Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
45,00	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
43,50	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
43,00	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
42,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
40,50	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,50	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,00	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
37,00	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
35,00	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
35,00	Turck, Florian	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
34,50	Kretschmann, Yanniss	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
34,50	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
34,50	Gollan, Robin	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
33,00	Dratschmidt, Nico	97	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M14

Vierkampf		Rekord: 2011 Hoffmann, Jonas 90 TV Deilinghofen			
		BL 2008: 1675 Jarkov, Michael 94 LG Menden			
1763	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,49(+1,0)/4,50(-0,5)/1,54/7,75				
1644	Reinke, Albert	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,47(+1,0)/4,01(+1,2)/1,38/8,07				
1545	Deutscher, Niklas	95	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	14,02(+0,9)/4,53(+0,4)/1,34/6,28				
1506	Fuckert, Till	95	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
	14,89(+0,9)/4,25(+0,5)/1,46/6,06				
1483	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	14,32(+0,9)/4,27(+0,1)/1,34/6,06				
1467	Schwarze, Ruben	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	14,26(+1,0)/4,09(+2,4)/1,30/6,45				
1402	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	15,06(+0,9)/3,79(+0,7)/1,34/6,52				
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2574 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks			
		BL 2008: 2534 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen			
2399	Limbach, Alexander	95	TV Deilinghofen	11.07.	Schalksmühle
	12,9(+2,0)/13,1(+2,3)/4,87(+1,1)/1,50/28,02				
2005	Herget, Christopher	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,86(-1,6)/15,70(-0,1)/4,12(+0,6)/1,36/26,37				
1939	Hollop, Fabian	95	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,69(-1,6)/14,92(-0,1)/3,95(+1,1)/1,32/19,83				
Schüler M13					
75 m		Rekord: 9,92 Panica, Sebastian 87 LG Iserlohn			
		BL 2008: 10,00 Rieger, Christopher 95 LC Letmathe/Iserlohn			
10,37	Schlotmann, Lorenz	96	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
10,40	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
10,52	0 Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
10,66	0 Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
10,71	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
10,82	0 Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
10,82	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
10,6	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,01	0 Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,03	0 Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,12	Schneider, Henrik	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
11,15	0 Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

Fortsetzung 75 m

Rekord: 9,92 Panica, Sebastian 87 LG Iserlohn

BL 2008: 10,00 Rieger, Christopher 95 LC Letmathe/Iserlohn

11,0	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,25 0	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
11,35	Rammert, Timo	97	LG Menden	21.06.	Menden
11,39	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
11,41	Menke, Thilo	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
11,50 0	Turck, Florian	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,54	Gollan, Robin	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,56	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
1000 m					
Rekord: 2:49,00 Preuß, Stephan Letmather TV					
BL 2008: 3:06,91 Deutscher, Niklas 95 LC Letmathe/Iserlohn					
3:15,58	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,64	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:31,76	Gierke, Lennart	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:31,94	Koster, Laudris	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:33,29	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:33,82	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:34,84	Rammert, Timo	97	LG Menden	03.10.	Menden
3:35,43	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:36,8	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:37,3	Menke, Thilo	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:39,8	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3:40,7	Bednarik, Tim	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:43,98	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:44,79	Leusmann, Louis	97	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:45,27	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn

2000 m

Rekord: 6:25,50 Preuß, Stephan Letmather TV

BL 2008: 7:01,60 Trakowski, Sebastian 95 ASV Iserlohn

7:24,3	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
7:37,7	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:13,3	Leusmann, Louis	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

5 km

Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg

BL 2008: 20:08 Rus, Bastian-Jendrik 95 TV Deilinghofen

19:05	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
19:20	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:55	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:06	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:54	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
22:43	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
23:20	Preuß, Luis	98	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:23	Jonas, Ruben	96	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:28	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:43	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
25:23	Franke, Niklas	96	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
26:03	Maus, Leonard	97	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:10	Langhals, Timm	96	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:19	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:40	Hoffmann, Paul	1	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
28:18	Fischer, Maurice	0	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
30:39	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn

60 m Hürden

Rekord: 9,26 Kaiser, Michael LG Menden

BL 2008: 11,25 Hollop, Fabian 95 TV Deilinghofen

10,67	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
10,74	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
10,79	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
10,81	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
11,20	Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,73	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

4 x 75 m

Rekord: 40,44 LG Schwerte

BL2008: 41,34 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

41,55	TV Deilinghofen			05.09.	Menden
42,66	Mollen 96, Gertischke 96, Ernst 96, Graf 96				
	ASV Iserlohn			26.04.	Iserlohn
	Jonas 96, Haude 97, Maurer 96, Budde 97				
48,98	LG Menden			21.06.	Menden
	Hufnagel 97, Haldorn 97, Meisterjahn 97, Rammert 97				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

3 x 1000 m		Rekord: 9:24,5 Letmather TV BL2008: 10:47,8 Marathon-Club, Menden		
10:48,9	ASV Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Haude 99, Köhne 98, Ritzmann 98			
10:50,18	Marathon-Club, Menden	26.04.	Letmathe	
	Geuken 98, Bawey 98, Geuken 97			
11:02,5	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Koster 97, Rössel 97, Weissenberg 97			
11:03,0	Marathon-Club, Menden	04.09.	Schwerte	
	Preuß 98, Geuken 98, Bawey 98			
11:19,6	Marathon-Club, Menden	04.09.	Schwerte	
	Leusmann 97, Franke 96, Schoppe 96			
11:26,9	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Bednarik 98, Lesinski 98, Reimann 98			
12:12,37	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn	
	Vogel 98, Brinkmann 98, Fischer 00			
12:16,7	TuS 1846 Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Ebel 00, Maus 00, Vogt 00			
12:22,3	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Lesinski 98, Bablich 99, Feldhaus 99			
13:40,8	TuS 1846 Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Miczka 00, Schmidt 00, Ettler 01			
13:46,0	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Böttner 00, Knappstein 00, Waldheim 02			
14:32,3	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00			
Hochsprung		Rekord: 1,72 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2008: 1,50 Meng, Joshua 95 TV Deilinghofen		
1,42	Maurer, Stefan	96 ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,42	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,41	Mollen, Patrick	96 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,38	Budde, Robert	97 ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,36	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,35	Schneider, Henrik	96 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,34	Gertischke, Silas	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Sadowski, Leon	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,30	Flohr, Marvin	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Olbrich, Christopher	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Graf, Dominic	96 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,29	Kornobis, Martin	99 LG Menden	21.06.	Menden
1,26	Jostmann, Jonas	97 LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,26	Henning, Daniel	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,26	Schimkat, Jonah	98 LG Menden	05.09.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

Fortsetzung Hochsprung		Rekord: 1,72 Beele, Kenny 80 LC Letmathe/Iserlohn BL 2008: 1,50 Meng, Joshua 95 TV Deilinghofen		
1,26	Gollan, Robin	96 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,25	Böckelmann, Aaron	96 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Fidler, Tim	98 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,23	Bednarik, Tim	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
Stabhochsprung		Rekord: 2,30 Ernst, Tobias 96 TV Deilinghofen BL 2008:		
2,30	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
Weitsprung		Rekord: 5,23 Wiese, Moritz LG Menden BL 2008: 4,76 Maus, Benedikt 95 LG Iserlohn		
5,02	Ernst, Tobias	96 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,96	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,87	Maurer, Stefan	96 ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
4,84	Gertischke, Silas	96 TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
4,69	Mollen, Patrick	96 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,68	Budde, Robert	97 ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
4,63	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
4,54	Gierke, Lennart	96 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,47	Olbrich, Christopher	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
4,44	Flohr, Marvin	96 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
4,40	Sadowski, Leon	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
4,36	Weissenberg, Tobias	97 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,31	Ruppel, Simon	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,28	Korte, Jendrik	97 TuS 1846 Iserlohn	26.04.	Iserlohn
4,28	Jonas, Ruben	96 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
4,25	Lesinski, Simon	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Reimann, Timo	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Vollmann, Peter	98 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4,16	Jostmann, Jonas	97 LG Menden	26.04.	Iserlohn
4,12	Maus, Jonathan	97 TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
Kugelstoß 3,0 kg		Rekord: 15,58 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste BL 2008: 9,89 Rieger, Christopher 95 LC Letmathe/Iserlohn		
7,49	Fidler, Dennis	96 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
7,29	Speerschneider, Lars	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,25	Graf, Dominic	96 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,16	Herget, Thomas	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
6,31	Schlotmann, Lorenz	96 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
6,11	Böckelmann, Aaron	96 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

Forts. Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 15,58 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste
BL 2008: 9,89 Rieger, Christopher 95 LC Letmathe/Iserlohn

5,87	Giese, Yannis	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
5,43	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
5,34	Rammert, Timo	97	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,29	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
5,26	Haldorn, Niklas	97	LG Menden	21.06.	Menden
4,72	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,44	Hufnagel, Yannik	97	LG Menden	21.06.	Menden

Speerwurf 400 g

Rekord: 46,02 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 28,92 Herget, Christopher 95 TV Deilinghofen

28,70	König, Jan	98	LG Schwerte	21.06.	Menden
26,67	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Altena
22,86	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Ergste
21,17	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	21.06.	Menden

Ballwurf 200 g

Rekord: 76,50 Köck, Roman 91 TV Deilinghofen
BL 2008: 64,00 Klein, Max 95 TV Deilinghofen

53,00	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
46,00	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
46,00	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	27.09.	Gütersloh
45,00	Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
45,00	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
43,50	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
43,00	Fidler, Dennis	96	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
42,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
40,50	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,50	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,00	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
37,00	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
35,00	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
35,00	Turck, Florian	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
34,50	Kretschmann, Yanniss	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
34,50	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
34,50	Gollan, Robin	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
33,00	Dratschmidt, Nico	97	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
32,00	Böckelmann, Aaron	96	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
32,00	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
32,00	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

Vierkampf

Rekord: 1973 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn
BL 2008: 1576 Maus, Benedikt 95 LG Iserlohn

1752	Maurer, Stefan	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	10,66(0,0)/4,87/1,42/46,00				
1700	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	10,64(0,0)/4,87/1,38/40,50				
1649	Flohr, Marvin	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	10,52(0,0)/4,44/1,30/45,00				
1644	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,01(0,0)/4,43/1,38/45,00				
1644	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,05(0,0)/4,76/1,34/43,50				
1516	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	10,82(0,0)/4,17/1,38/27,50				
1515	Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,03(0,0)/4,47/1,30/31,50				
1478	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,15(0,0)/4,03/1,26/38,00				
1417	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,25(0,0)/4,12/1,18/35,50				
1389	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,58(0,0)/4,18/1,30/25,50				
1345	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,98(0,0)/3,65/1,22/38,50				
1291	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,52(0,0)/3,89/1,14/28,00				
1291	Turck, Florian	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,50(0,0)/3,28/1,18/35,00				
1290	Henning, Daniel	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,03(0,0)/3,57/1,26/29,50				
1281	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,70(0,0)/3,94/1,18/25,00				
1281	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,99(0,0)/3,71/1,14/35,00				
1245	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	12,28(0,0)/3,72/1,22/26,50				
1219	Böckelmann, Aaron	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,00(0,0)/3,69/1,14/27,00				
1171	Rammert, Timo	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,62(0,0)/3,44/1,18/18,50				
1036	Bruhn, Yannik	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	12,43(0,0)/3,28/1,06/20,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M13

Vierkampf Mannschaft		Rekord: 8581 TV Deilinghofen			
		BL2008: 7605 TV Deilinghofen			
8152	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn		
Ernst 1700, Flohr 1649, Gertischke 1644					
Mollen 1644, Olbrich 1515					
6488	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn		
Stracke 1345, Turck 1291, Henning 1290					
Lempa 1281, Smolders 1281					
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2427 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn			
		BL 2008: 2096 Klein, Max 95 TV Deilinghofen			
2188	Ernst, Tobias	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
10,54/10,83/5,02/1,42/40,00					
2108	Mollen, Patrick	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,18/10,79/4,69/1,34/49,00					
2081	Gertischke, Silas	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
10,99/10,67/4,71/1,34/39,50					
1882	Olbrich, Christopher	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,20/11,20/4,39/1,26/31,50					
1822	Graf, Dominic	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,13/11,73/4,00/1,30/44,00					
1492	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,65/10,74/3,81/o.g.V./35,00					
1422	Gollan, Robin	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,54/aufg./4,05/1,26/34,50					
916	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,01/aufg./3,90/o.g.V./21,50					
680	Sarin, Marcel	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
aufg./aufg./4,03/o.g.V./30,50					
Blockwettkampf Mannschaft		Rekord: 10081 TV Deilinghofen			
		BL2008:			
10081	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer		
Ernst 2188, Mollen 2108, Gertischke 2081					
Olbrich 1882, Graf 1822					

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M12

75 m		Rekord: 10,28 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks			
		BL 2008: 10,75* Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen			
10,82	0	Budde, Robert	97 ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
10,6		Weissenberg, Tobias	97 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,15	0	Jostmann, Jonas	97 LG Menden	10.05.	Iserlohn
11,25	0	Maus, Jonathan	97 TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
11,35		Rammert, Timo	97 LG Menden	21.06.	Menden
11,39		Korte, Jendrik	97 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
11,58	0	Sadowski, Leon	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
11,4		Rössel, Benedikt	97 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,65		Lempa, Lukas	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
11,70	0	Smolders, Philipp	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,80		Kretschmann, Yannis	97 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
11,98	0	Stracke, Tim	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
12,14		Giese, Yannis	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
12,20		Speerschneider, Lars	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden
12,26		Dratschmidt, Nico	97 SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
12,28	0	Haude, Niklas	97 ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
12,47		Dröttboom, Tobias	97 LG Menden	13.09.	Letmathe
12,59		Koster, Laudris	97 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
12,68		Tuxhorn, Julian	97 SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
13,11		Haldorn, Niklas	97 LG Menden	11.06.	Iserlohn
1000 m		Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide			
		BL 2008: 3:25,04 Schoppe, Robyn 96 Marathon-Club, Menden			
3:15,58		Geuken, Gian-Luca	97 Marathon-Club, Menden	09.05.	Kamen
3:26,42		Bawey, Leon	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,91		Maus, Jonathan	97 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:28,8		Reimann, Timo	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0		Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,70		Geuken, Jordi-Luis	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:31,94		Koster, Laudris	97 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:33,29		Haude, Niklas	97 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:34,84		Rammert, Timo	97 LG Menden	03.10.	Menden
3:35,43		Rössel, Benedikt	97 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3:36,8		Weissenberg, Tobias	97 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:39,8		Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3:40,7		Bednarik, Tim	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:43,98		Köhne, Justus	98 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:44,79		Leusmann, Louis	97 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:45,27		Six, Daniel	98 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:45,77		Vogt, Nicolas	0 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:49,16		Korte, Jendrik	97 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:52,40		Ruppel, Simon	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3:52,4		Bablich, Benjamin	99 LG Schwerte	27.06.	Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M12

2000 m Rekord: 6:35,35 Töpel, Frederik 85 TV Deilinghofen
BL 2008: 7:22,26 Kimm, Lukas 96 Marathon-Club, Menden

7:24,3	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
7:37,7	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:13,3	Leusmann, Louis	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

5 km Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg
BL 2008: 19:51 Kimm, Lukas 96 Marathon-Club, Menden

19:05	Geuken, Gian-Luca	97	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
19:20	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:55	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:06	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:54	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
22:43	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
23:20	Preuß, Luis	98	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:28	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:43	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	0	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:03	Maus, Leonard	97	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:19	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:40	Hoffmann, Paul	1	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
28:18	Fischer, Maurice	0	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
30:39	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
32:15	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
33:41	Bzyl, Erik	1	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg

Hochsprung Rekord: 1,58 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn
BL 2008: 1,40 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen

1,38	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,36	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,30	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,29	Kornobis, Martin	99	LG Menden	21.06.	Menden
1,26	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,26	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	05.09.	Menden
1,23	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,23	Bednarik, Tim	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,22	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,22	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,20	Rammert, Timo	97	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,19	Giese, Yannis	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M12

Fortsetzung Hochsprung Rekord: 1,58 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn
BL 2008: 1,40 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen

1,18	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,18	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,17	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,16	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,15	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,14	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
1,14	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

Weitsprung Rekord: 5,05 Paczkowski, Martin 93 ESV 1999 Nighthawks
BL 2008: 4,68 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen

4,68	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
4,63	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
4,40	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
4,36	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,31	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,28	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	26.04.	Iserlohn
4,25	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4,16	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	26.04.	Iserlohn
4,12	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
4,07	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,05	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,04	Dröttboom, Tobias	97	LG Menden	13.09.	Letmathe
4,02	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
4,01	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
3,99	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,95	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,94	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
3,92	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe

Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 13,05 Enneper, Holger 78 SG Eintracht Ergste
BL 2008: 6,98 Fidler, Dennis 96 TV Deilinghofen

7,29	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,16	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
5,87	Giese, Yannis	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
5,43	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
5,34	Rammert, Timo	97	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,29	Ruppel, Simon	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
5,26	Haldorn, Niklas	97	LG Menden	21.06.	Menden
4,72	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,44	Hufnagel, Yannik	97	LG Menden	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M12

Diskuswurf 750 g		Rekord: 31,21 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte BL 2008:			
19,80	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Ergste
Speerwurf 400 g		Rekord: 38,49 Daly, Dominic 93 ASV Iserlohn BL 2008:			
28,70	König, Jan	98	LG Schwerte	21.06.	Menden
26,67	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	26.09.	Altena
22,86	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	16.05.	Ergste
Ballwurf 200 g		Rekord: 63,00 Lindenberg, Stefan LC Schwerte BL 2008: 47,00 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen			
45,00	Spieckermann, Robin	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
42,00	Speerschneider, Lars	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
38,50	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
38,00	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
37,00	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
35,00	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
34,50	Kretschmann, Yanniss	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
34,50	Weissenberg, Tobias	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
33,00	Dratschmidt, Nico	97	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
32,00	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
32,00	Rössel, Benedikt	97	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
29,00	Herget, Thomas	97	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
27,50	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
26,50	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
25,50	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
25,00	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
24,50	Tuxhorn, Julian	97	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
22,00	Haldorn, Niklas	97	LG Menden	11.06.	Iserlohn
18,50	Rammert, Timo	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
Vierkampf		Rekord: 1739 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn BL 2008: 1646 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen			
1516	Budde, Robert	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	10,82(0,0)/4,17/1,38/27,50				
1478	Jostmann, Jonas	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,15(0,0)/4,03/1,26/38,00				
1417	Maus, Jonathan	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,25(0,0)/4,12/1,18/35,50				
1389	Sadowski, Leon	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,58(0,0)/4,18/1,30/25,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M12

Fortsetzung Vierkampf		Rekord: 1739 Hashke, Tobias 91 ASV Iserlohn BL 2008: 1646 Mollen, Patrick 96 TV Deilinghofen			
1345	Stracke, Tim	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,98(0,0)/3,65/1,22/38,50				
1291	Korte, Jendrik	97	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,52(0,0)/3,89/1,14/28,00				
1281	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,70(0,0)/3,94/1,18/25,00				
1281	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,99(0,0)/3,71/1,14/35,00				
1245	Haude, Niklas	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	12,28(0,0)/3,72/1,22/26,50				
1171	Rammert, Timo	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,62(0,0)/3,44/1,18/18,50				
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2283 Sommer, Niko 90 LG Schwerte BL 2008: 1997 Ernst, Tobias 96 TV Deilinghofen			
1492	Lempa, Lukas	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,65/10,74/3,81/o.g.V./35,00				
916	Smolders, Philipp	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,01/aufg./3,90/o.g.V./21,50				
Schüler M11		Rekord: 7,36 Eismann, Mirco 82 LG Menden BL 2008: 7,77 Maus, Jonathan 97 LG Iserlohn			
50 m					
7,4	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
7,67	Steinke, Georg	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
7,73	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
7,5	Vollmann, Peter	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
7,91	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,94	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,00	Scherbring, Simon	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,04	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	13.09.	Letmathe
7,8	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
8,07	Bednarik, Tim	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,13	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
8,19	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,22	Schulz, Anton	99	LG Menden	05.09.	Menden
8,22	Sandberg, Alexander	98	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
8,24	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
8,33	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,35	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,41	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,44	Kornobis, Martin	99	LG Menden	11.06.	Iserlohn
8,50	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,50	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

1000 m	Rekord: 3:00,89 Kaiser, Michael 19 VfL Platte-Heide BL 2008: 3:14,10 Geuken, Gian-Luca 97 MC, Menden				
3:26,42	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:28,8	Reimann, Timo	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:29,0	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:30,70	Geuken, Jordi-Luis	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:39,8	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3:40,7	Bednarik, Tim	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:43,98	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:45,27	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:45,77	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:52,4	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:57,37	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:57,93	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:59,84	Spancken, Finn	99	LG Menden	05.09.	Menden
4:00,25	Jostmann, Marten	00	LG Menden	05.09.	Menden
4:00,42	Ueding, Jonas	99	LG Menden	05.09.	Menden
4:00,65	Brunnert, Sebastian	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4:00,9	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4:01,10	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4:01,8	Lesinski, Simon	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4:02,7	Sandberg, Alexander	98	SC 1912 Hennen	27.06.	Schwerte
2000 m	Rekord: 7:17,14 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden BL 2008: 7:17,14 Geuken, Gian-Luca 97 MC, Menden				
7:24,3	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
5 km	Rekord: 18:14 Kost, Sven 77 VfL Fröndenberg BL 2008: 18:56 Geuken, Gian-Luca 97 Marathon-Club, Menden				
19:20	Bawey, Leon	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
19:55	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
22:43	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
23:20	Preuß, Luis	98	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
23:28	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
23:43	Six, Daniel	98	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:40	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
28:18	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	23.08.	Iserlohn
30:39	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	23.08.	Iserlohn
33:41	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

4 x 50 m	Rekord: 28,12 TuS Iserlohn BL2008: 30,5 LG Schwerte			
30,9	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Bednarik 98, Lesinski 98, Lesinski 98, Scherbring 98			
31,80	LG Menden	21.06.	Menden	
	Schulz 99, Schimkat 98, Kornobis 99, Lemantowicz 99			
32,4	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Linneweber 99, Berner 99, Eickenhorst 98, Steinke 98			
35,16	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn	
	Ritzmann 98, Köhne 98, Böhn 99, Haude 99			
35,0	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Szymura 00, Böttner 00, Knappstein 00, Weissenberg 00			
36,0	TuS 1846 Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Miczka 00, Schmidt 00, Vogt 00, Maus 00			
38,2	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00, Bolte 01			
3 x 1000 m	Rekord: 10:34,48 LG Schwerte BL2008: 10:31,2 Marathon-Club, Menden			
10:48,9	ASV Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Haude 99, Köhne 98, Ritzmann 98			
11:03,0	Marathon-Club, Menden	04.09.	Schwerte	
	Preuß 98, Geuken 98, Bawey 98			
11:26,9	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Bednarik 98, Lesinski 98, Reimann 98			
12:12,37	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn	
	Vogel 98, Brinkmann 98, Fischer 00			
12:16,7	TuS 1846 Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Ebel 00, Maus 00, Vogt 00			
12:22,3	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Lesinski 98, Bablich 99, Feldhaus 99			
13:40,8	TuS 1846 Iserlohn	04.09.	Schwerte	
	Miczka 00, Schmidt 00, Ettler 01			
13:46,0	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Böttner 00, Knappstein 00, Waldheim 02			
14:32,3	LG Schwerte	04.09.	Schwerte	
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

Hochsprung Rekord: 1,47 Haschke, Tobias 91 ESV 1999 Nighthawks
BL 2008: 1,32 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

1,36	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,29	Kornobis, Martin	99 LG Menden	21.06.	Menden
1,26	Schimkat, Jonah	98 LG Menden	05.09.	Menden
1,23	Fidler, Tim	98 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,23	Bednarik, Tim	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,17	Köhne, Justus	98 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,16	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,12	Rohe, Ben	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,11	Schulz, Anton	99 LG Menden	21.06.	Menden

Weitsprung Rekord: 4,74 Beele., Kenny 80 LG Iserlohn
BL 2008: 4,17 Hohmann, Jannik 97 LG Schwerte

4,63	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
4,25	Lesinski, Simon	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Reimann, Timo	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,25	Vollmann, Peter	98 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4,07	Steinke, Georg	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,02	Rohe, Ben	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3,95	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,92	Scherbring, Simon	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3,85	Bednarik, Tim	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3,85	Brinkmann, Timo	98 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3,84	Vogel, Michel	98 LC Letmathe	09.05.	Iserlohn
3,84	Schimkat, Jonah	98 LG Menden	03.10.	Menden
3,83	Schulz, Anton	99 LG Menden	26.04.	Iserlohn
3,79	Kornobis, Martin	99 LG Menden	26.04.	Iserlohn
3,77	Böhn, Bero	99 ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,77	Köhne, Justus	98 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3,73	Gurski, Fynn	98 SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
3,70	Sandberg, Alexander	98 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
3,69	Fricker, Peter	99 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3,68	Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn

Schlagballwurf 80 g Rekord: 62,00 Holdt, Sebastian TuS Iserlohn
BL 2008: 47,50 Worm, Timo 97 Marathon-Club, Menden

55,00	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
53,00	Kornobis, Martin	99 LG Menden	23.08.	Dortmund
48,00	König, Jan	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
42,00	Reimann, Timo	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
41,00	Rohe, Ben	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 62,00 Holdt, Sebastian TuS Iserlohn
BL 2008: 47,50 Worm, Timo 97 Marathon-Club, Menden

40,00	Lesinski, Simon	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte
40,00	Schimkat, Jonah	98 LG Menden	23.08.	Dortmund
39,50	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
39,50	Maus, Wolf Bastian	00 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
39,50	Scherbring, Simon	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
39,50	Eickenhorst, Leon	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
38,00	Six, Daniel	98 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
37,50	Fricker, Peter	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
37,50	Fidler, Tim	98 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
36,00	Schulz, Anton	99 LG Menden	21.06.	Menden
36,00	Knappstein, Paul Linh	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
35,00	Ritzmann, Sami	98 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
34,50	Vollmann, Peter	98 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
34,00	Menzyk, Max Phillip	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
34,00	Weissenberg, Cedric	00 LG Schwerte	27.06.	Schwerte

Dreikampf Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2008: 1094 Spieckermann, Robin 97 TV Deilinghofen

1243	Kopka, Melvin	98 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
1081	Vollmann, Peter	98 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
1039	Lesinski, Simon	98 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1029	Rohe, Ben	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1024	Reimann, Timo	98 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
1011	Schimkat, Jonah	98 LG Menden	03.10.	Menden
997	Scherbring, Simon	98 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
990	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
959	Maus, Wolf Bastian	00 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
944	Kornobis, Martin	99 LG Menden	09.05.	Iserlohn
928	Schulz, Anton	99 LG Menden	03.10.	Menden
913	Six, Daniel	98 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

Forts. Dreikampf

Rekord: 1244 Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2008: 1094 Spieckermann, Robin 97 TV Deilinghofen

913	Fidler, Tim	98	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,54/3,62/33,50				
892	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,94/3,66/35,00				
890	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,51/3,60/30,50				
881	Lesinski, Lukas	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	8,79/3,62/32,50				
878	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,54/3,56/30,00				
867	Vogel, Michel	98	LC Letmathe	09.05.	Iserlohn
	8,64/3,84/26,00				
863	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,88/3,23/37,50				
862	Brinkmann, Timo	98	LC Letmathe	09.05.	Iserlohn
	8,11/3,38/25,50				

Dreikampf Mannschaft

Rekord: 5183 TV Deilinghofen

BL2008: 4088 ASV Iserlohn

4637	LG Schwerte			09.05.	Iserlohn
	Lesinski 1039, Reimann 1024, Scherbring 997				
	Lesinski 881, Feldhaus 696				
4563	ASV Iserlohn			09.05.	Iserlohn
	Haude 990, Six 913, Ritzmann 892				
	Köhne 890, Böhn 878				
4089	LG Menden			03.10.	Menden
	Schimkat 1011, Schulz 928, Spancken 756				
	Lemantowicz 702, Förster 692				
3339	TV Deilinghofen			12.09.	Hemer
	Blankenagel 830, Scheidt 729, Heimbecher 678				
	Hilberg 576, Scherf 526				
3253	LG Schwerte			09.05.	Iserlohn
	Knappstein 787, Szymura 739, Böttner 714				
	Weissenberg 678, Waldheim 335				
2931	TuS 1846 Iserlohn			12.09.	Hemer
	Maus 893, Kasten 589, Miczka 542				
	Schmidt 495, Kasten 412				
2867	ASV Iserlohn			09.05.	Iserlohn
	Höbrink 821, Koke 637, Budde 543				
	Koke 470, Vogelsmeier 396				
942	TV Deilinghofen			12.09.	Hemer
	Liene 386, Krause 335, Amelung 142				
	Haefs 77, Sassenscheidt 2				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M11

Vierkampf

Rekord: 1616 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

BL 2008: 1275 Budde, Robert 97 ASV Iserlohn

1616	Kopka, Melvin	98	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
	7,75/4,46/1,30/55,00				
1340	Schimkat, Jonah	98	LG Menden	03.10.	Menden
	8,21/3,84/1,22/38,50				
1300	Rohe, Ben	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,13/3,76/1,12/41,00				
1285	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,33/3,71/1,16/39,50				
1239	Kornobis, Martin	99	LG Menden	09.05.	Iserlohn
	8,65/3,56/1,16/40,00				
1187	Schulz, Anton	99	LG Menden	03.10.	Menden
	8,47/3,53/1,10/36,00				
1163	Ritzmann, Sami	98	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,94/3,66/1,12/35,00				
1161	Köhne, Justus	98	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,51/3,60/1,12/30,50				

Schüler M10

50 m

Rekord: 7,58* Sommer, Niko 90 LG Schwerte

BL 2008: 7,91 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

8,22	Schulz, Anton	99	LG Menden	05.09.	Menden
8,24	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
8,33	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,35	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,44	Kornobis, Martin	99	LG Menden	11.06.	Iserlohn
8,50	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,50	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,62	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,65	Kürschner, Jan	99	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
8,66	Höbrink, Nils	00	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,67	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,71	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,71	Jostmann, Marten	00	LG Menden	13.09.	Letmathe
8,72	Michel, Nils	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
8,74	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,5	Linneweber, Fynn	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
8,5	Keyk, Simon	99	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
8,80	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
8,84	Koster, Severin	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,6	Berner, Tim	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M10

1000 m	Rekord: 3:13,63 Sobiech, Lasse 91 LG Schwerte BL 2008: 3:22,01 Geuken, Jordi-Louis 98 MC, Menden			
3:45,77	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:52,4	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3:57,37	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:57,93	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:59,84	Spancken, Finn	99	LG Menden	05.09. Menden
4:00,25	Jostmann, Marten	00	LG Menden	05.09. Menden
4:00,42	Ueding, Jonas	99	LG Menden	05.09. Menden
4:00,9	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:04,93	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	21.06. Menden
4:06,02	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:08,22	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:08,75	Feldhaus, Niklas	99	LG Schwerte	13.09. Letmathe
4:15,47	Michel, Nils	00	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:17,44	Lemantowicz, Kamil	99	LG Menden	23.08. Dortmund
4:17,67	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	13.09. Letmathe
4:18,1	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:18,26	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	13.09. Letmathe
4:20,7	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:23,80	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
4:30,0	Berner, Tim	99	LG Schwerte	27.06. Schwerte
5 km	Rekord: 19:33 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden BL 2008: 19:49 Bawey, Leon 98 Marathon-Club, Menden			
21:17	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
22:24	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08. Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08. Iserlohn
26:40	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
28:18	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	23.08. Iserlohn
33:41	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg

4 x 50 m	Rekord: 30,9 LG Schwerte BL2008:			
30,9	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Bednarik 98, Lesinski 98, Lesinski 98, Scherbring 98			
35,0	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Szymura 00, Böttner 00, Knappstein 00, Weissenberg 00			
36,0	TuS 1846 Iserlohn			04.09. Schwerte
	Miczka 00, Schmidt 00, Vogt 00, Maus 00			
38,2	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00, Bolte 01			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M10

Hochsprung	Rekord: 1,34 Venghaus, , Björn 85 LG Menden BL 2008: 1,29 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg			
1,29	Kornobis, Martin	99	LG Menden	21.06. Menden
1,16	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
1,11	Schulz, Anton	99	LG Menden	21.06. Menden
Weitsprung	Rekord: 4,47 Sommer, Niko 90 LG Schwerte BL 2008: 4,38 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg			
3,95	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	26.04. Iserlohn
3,83	Schulz, Anton	99	LG Menden	26.04. Iserlohn
3,79	Kornobis, Martin	99	LG Menden	26.04. Iserlohn
3,77	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	26.04. Iserlohn
3,69	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	11.06. Iserlohn
3,66	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3,58	Kürschner, Jan	99	ASV Iserlohn	11.06. Iserlohn
3,58	Nittner, Leon	99	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,50	Hille, Marius	99	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3,48	Höbrink, Nils	00	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
3,47	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3,40	Ueding, Jonas	99	LG Menden	03.10. Menden
3,33	Koster, Severin	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,32	Bablich, Benjamin	99	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,32	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,32	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	19.09. Fröndenberg
3,31	Linneweber, Fynn	99	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3,31	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	05.09. Menden
3,31	Spancken, Finn	99	LG Menden	05.09. Menden
3,28	Weber, Tristan	99	SC 1912 Hennen	11.06. Iserlohn
Schlagballwurf 80 g	Rekord: 53,00 Kornobis, Martin 99 LG Menden BL 2008: 51,50 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg			
53,00	Kornobis, Martin	99	LG Menden	23.08. Dortmund
39,50	Haude, Sven	99	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
39,50	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
37,50	Fricker, Peter	99	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
36,00	Schulz, Anton	99	LG Menden	21.06. Menden
36,00	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
34,00	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
33,00	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
32,00	Linneweber, Fynn	99	LG Schwerte	13.09. Letmathe
31,50	Böhn, Bero	99	ASV Iserlohn	11.06. Iserlohn
31,50	Börstinghaus, Niklas	99	LG Schwerte	13.09. Letmathe
31,00	Lemantowicz, Kamil	99	LG Menden	23.08. Dortmund

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M10

Fortst.	Schlagballwurf 80 g	Rekord: 53,00 Kornobis, Martin 99 LG Menden			
		BL 2008: 51,50 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg			
31,00	Fischer, Maurice	00 LC Letmathe	13.09.	Letmathe	
30,00	Feldhaus, Niklas	99 LG Schwerte	16.05.	Ergste	
30,00	Jostmann, Marten	00 LG Menden	13.09.	Letmathe	
29,00	Altemeyer, David	00 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
29,00	Höbrink, Nils	00 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe	
28,50	Blankenagel, Jean-Luca	00 TV Deilinghofen	21.06.	Menden	
28,50	Hoffmann, Paul	01 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
28,00	Berner, Tim	99 LG Schwerte	27.06.	Schwerte	
28,00	Keyk, Simon	99 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	

Dreikampf

Rekord: 1168 Sommer, Niko 90 LG Schwerte
BL 2008: 1141 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

990	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,33/3,71/39,50				
959	Maus, Wolf Bastian	00 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,51/3,60/39,50				
944	Kornobis, Martin	99 LG Menden	09.05.	Iserlohn	
	8,65/3,56/40,00				
928	Schulz, Anton	99 LG Menden	03.10.	Menden	
	8,47/3,53/36,00				
878	Böhn, Bero	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,54/3,56/30,00				
863	Fricker, Peter	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,88/3,23/37,50				
830	Blankenagel, Jean-Luca	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
	8,24/3,27/25,00				
821	Höbrink, Nils	00 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,67/3,48/26,00				
807	Vogt, Nicolas	00 TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg	
	9,0/3,32/33,00				
804	Keyk, Simon	99 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
	8,5/3,26/28,00				
787	Knappstein, Paul Linh	00 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
	9,16/3,23/31,00				
786	Altemeyer, David	00 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
	8,85/3,13/29,00				
765	Kürschner, Jan	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,89/3,46/22,50				
764	Jostmann, Marten	00 LG Menden	03.10.	Menden	
	8,75/2,93/28,50				
756	Spancken, Finn	99 LG Menden	03.10.	Menden	
	9,02/3,15/27,00				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M10

Fortsetzung	Dreikampf	Rekord: 1168 Sommer, Niko 90 LG Schwerte			
		BL 2008: 1141 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg			
739	Szymura, Pascal	00 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
	9,07/3,09/26,50				
729	Scheidt, Pascal Alexander	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
	9,29/3,26/25,00				
716	Hoffmann, Paul	01 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
	9,55/3,09/28,50				
714	Böttner, Daniel	00 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
	8,99/3,02/24,00				
702	Lemantowicz, Kamil	99 LG Menden	03.10.	Menden	
	9,58/2,84/31,00				

Vierkampf

Rekord: 1550 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg
BL 2008: 1550 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg

1285	Haude, Sven	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
	8,33/3,71/1,16/39,50				
1239	Kornobis, Martin	99 LG Menden	09.05.	Iserlohn	
	8,65/3,56/1,16/40,00				
1187	Schulz, Anton	99 LG Menden	03.10.	Menden	
	8,47/3,53/1,10/36,00				

Schüler M9

50 m		Rekord: 7,7 Hallmann, Oliver TG Westhofen			
		BL 2008: 8,22 Schulz, Anton 99 LG Menden			
8,24	Blankenagel, Jean-Luca	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
8,50	Maus, Wolf Bastian	00 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn	
8,62	Böttner, Daniel	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
8,66	Höbrink, Nils	00 ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe	
8,67	Szymura, Pascal	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
8,71	Jostmann, Marten	00 LG Menden	13.09.	Letmathe	
8,72	Michel, Nils	00 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe	
8,80	Finkhaus, Tim	01 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe	
8,84	Koster, Severin	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
8,85	Altemeyer, David	00 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
8,7	Knappstein, Paul Linh	00 LG Schwerte	27.06.	Schwerte	
9,02	Vogt, Nicolas	00 TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn	
9,13	Fischer, Maurice	00 LC Letmathe	11.06.	Iserlohn	
9,13	Weinrich, Nick	00 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe	
8,9	Weissenberg, Cedric	00 LG Schwerte	27.06.	Schwerte	
9,29	Scheidt, Pascal Alexander	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
9,33	Hilberg, Robin	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
9,39	Heimbecher, Mats	01 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
9,2	Kijas, Kevin	00 LG Schwerte	27.06.	Schwerte	
9,49	Giebel, Justin	01 LG Menden	13.09.	Letmathe	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M9

1000 m	Rekord: 3:25,63 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden BL 2008: 3:32,10 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn			
3:45,77	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3:57,93	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
4:00,25	Jostmann, Marten	00	LG Menden	05.09. Menden
4:04,93	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	21.06. Menden
4:06,02	Weinrich, Nick	00	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:08,22	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:15,47	Michel, Nils	00	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:17,67	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	13.09. Letmathe
4:18,1	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:18,26	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	13.09. Letmathe
4:20,7	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:23,80	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
4:30,6	Reiffert, Timon	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:31,15	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	13.09. Letmathe
4:31,2	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
4:35,5	Queisser, Jonathan	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:36,4	Miczka, Marcel	00	TuS 1846 Iserlohn	19.09. Fröndenberg
4:37,09	Koster, Severin	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
4:46,7	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:48,02	Schmidt, Johannes	00	TuS 1846 Iserlohn	21.06. Menden
5 km	Rekord: 21:03 Geuken, Gian-Luca 97 MC Menden BL 2008: 21:56 Haude, Sven 99 ASV Iserlohn			
22:24	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08. Iserlohn
24:21	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	23.08. Iserlohn
26:40	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
28:18	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	23.08. Iserlohn
33:41	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg

4 x 50 m	Rekord: 33,02 TV Deilinghofen BL2008: 36,6 LG Schwerte			
35,0	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Szymura 00, Böttner 00, Knappstein 00, Weissenberg 00			
36,0	TuS 1846 Iserlohn			04.09. Schwerte
	Miczka 00, Schmidt 00, Vogt 00, Maus 00			
38,2	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00, Bolte 01			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M9

3 x 1000 m	Rekord: 11:17,6 LC Letmathe/Iserlohn BL2008: 13:55,5 LG Schwerte			
12:16,7	TuS 1846 Iserlohn			04.09. Schwerte
	Ebel 00, Maus 00, Vogt 00			
13:40,8	TuS 1846 Iserlohn			04.09. Schwerte
	Miczka 00, Schmidt 00, Ettler 01			
13:46,0	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Böttner 00, Knappstein 00, Waldheim 02			
14:32,3	LG Schwerte			04.09. Schwerte
	Görtz 01, Queisser 00, Koster 00			
Weitsprung	Rekord: 4,08 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg BL 2008: 3,90 Schulz, Anton 99 LG Menden			
3,66	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
3,48	Höbrink, Nils	00	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
3,47	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3,33	Koster, Severin	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,32	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,32	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	19.09. Fröndenberg
3,31	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	05.09. Menden
3,27	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
3,27	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,26	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
3,18	Jostmann, Marten	00	LG Menden	21.06. Menden
3,17	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	11.06. Iserlohn
3,15	Michel, Nils	00	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
3,13	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
3,13	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
3,09	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10. Menden
3,08	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
3,04	Kijas, Kevin	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
3,03	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	11.06. Iserlohn
2,94	Queisser, Jonathan	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
Schlagballwurf 80 g	Rekord: 48,50 Kornobis, Martin 99 LG Menden BL 2008: 48,50 Kornobis, Martin 99 LG Menden			
39,50	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	09.05. Iserlohn
36,00	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	13.09. Letmathe
34,00	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	27.06. Schwerte
33,00	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	11.06. Iserlohn
31,00	Fischer, Maurice	00	LC Letmathe	13.09. Letmathe
30,00	Jostmann, Marten	00	LG Menden	13.09. Letmathe
29,00	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M9

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 48,50 Kornobis, Martin 99 LG Menden
BL 2008: 48,50 Kornobis, Martin 99 LG Menden

29,00	Höbrink, Nils	00	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
28,50	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
28,50	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
27,00	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	16.05.	Ergste
27,00	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
26,00	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
25,00	Koke, Philipp	01	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
25,00	Kolbe, Dean	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
25,00	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
24,00	Koster, Severin	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
24,00	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
22,50	Reiffert, Timon	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
21,50	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden

Dreikampf Rekord: 1002 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2008: 958 Kornobis, Martin 99 LG Menden

959	Maus, Wolf Bastian	00	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,51/3,60/39,50				
830	Blankenagel, Jean-Luca	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,24/3,27/25,00				
821	Höbrink, Nils	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,67/3,48/26,00				
807	Vogt, Nicolas	00	TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg
	9,0/3,32/33,00				
787	Knappstein, Paul Linh	00	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	9,16/3,23/31,00				
786	Altemeyer, David	00	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,85/3,13/29,00				
764	Jostmann, Marten	00	LG Menden	03.10.	Menden
	8,75/2,93/28,50				
739	Szymura, Pascal	00	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	9,07/3,09/26,50				
729	Scheidt, Pascal Alexander	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	9,29/3,26/25,00				
716	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
	9,55/3,09/28,50				
714	Böttner, Daniel	00	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	8,99/3,02/24,00				
678	Weissenberg, Cedric	00	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	9,22/2,76/26,00				
678	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	9,39/2,93/25,00				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M9

Fortsetzung Dreikampf Rekord: 1002 Buchmüller, Bennet 92 LG Schwerte
BL 2008: 958 Kornobis, Martin 99 LG Menden

637	Koke, Philipp	01	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,58/2,74/25,00				
603	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	9,4/3,08/17,50				
589	Kasten, Kevin	01	TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer
	9,97/2,92/20,50				
576	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	9,33/2,81/16,00				
569	Miczka, Marcel	00	TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg
	9,4/2,75/18,50				
543	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,79/2,61/19,00				
543	Schäfer, Yannick	00	LG Menden	03.10.	Menden
	9,71/3,06/13,00				

Dreikampf Mannschaft Rekord: 4108 TV Deilinghofen
BL2008: 3188 ASV Iserlohn

3339	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Blankenagel 830, Scheidt 729, Heimbecher 678		
3253	Hilberg 576, Scherf 526	09.05.	Iserlohn
	LG Schwerte		
	Knappstein 787, Szymura 739, Böttner 714		
	Weissenberg 678, Waldheim 335		
2931	TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer
	Maus 893, Kasten 589, Miczka 542		
	Schmidt 495, Kasten 412		
2867	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	Höbrink 821, Koke 637, Budde 543		
	Koke 470, Vogelsmeier 396		
942	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Liene 386, Krause 335, Amelung 142		
	Haefs 77, Sassenscheidt 2		

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M8

50 m	Rekord: 7,9 Hallmann, Oliver TG Westhofen BL 2008: 8,67 Höbrink, Nils ASV Iserlohn			
8,80	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
9,33	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
9,39	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
9,49	Giebel, Justin	01	LG Menden	13.09. Letmathe
9,55	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10. Menden
9,56	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
9,58	Koke, Philipp	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
9,60	Jünemann, Vincent	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
9,61	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
9,4	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
9,78	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	13.09. Letmathe
9,79	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
9,97	Kasten, Kevin	01	TuS 1846 Iserlohn	12.09. Hemer
9,99	Kolbe, Dean	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
10,01	Liene, Max	03	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
10,03	Vogelsmeier, Benjamin	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
10,15	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
10,35	Kasten, Till	03	TuS 1846 Iserlohn	12.09. Hemer
10,36	Kaufhold, Jacob	02	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
10,2	Görtz, Niklas	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte

1000 m Rekord: 3:42,56 Vogt, Luis 96 ASV Iserlohn
BL 2008: 3:53,55 Maus, Bastian LG Iserlohn

4:08,22	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	13.09. Letmathe
4:17,67	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	13.09. Letmathe
4:23,80	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
4:30,6	Reiffert, Timon	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte
4:31,15	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	13.09. Letmathe
4:31,2	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
5:06,11	Krivic, Daniel	01	LC Letmathe	13.09. Letmathe
5:09,8	Görtz, Niklas	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte
5:14,4	Queisser, Jakob	03	LG Schwerte	27.06. Schwerte
5:20,9	Knappstein, Philipp Phong	03	LG Schwerte	27.06. Schwerte

5 km Rekord: 22:46 Kopka, Melvin 98 VfL Fröndenberg
BL 2008: 25:36 Vogt, Nicolas LG Iserlohn

26:40	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
33:41	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M8

Weitsprung Rekord: 3,94 Jacob, Andre SG Eintracht Ergste
BL 2008: 3,34 Höbrink, Nils ASV Iserlohn

3,09	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10. Menden
3,08	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
3,03	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	11.06. Iserlohn
2,93	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
2,92	Kasten, Kevin	01	TuS 1846 Iserlohn	12.09. Hemer
2,81	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
2,80	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
2,74	Koke, Philipp	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
2,67	Giebel, Justin	01	LG Menden	03.10. Menden
2,66	Kolbe, Dean	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
2,61	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
2,60	Jünemann, Vincent	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
2,59	Bzyl, Erik	01	VfL Fröndenberg	27.06. Schwerte
2,56	Vogelsmeier, Benjamin	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
2,52	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	27.06. Schwerte
2,51	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
2,50	Kaufhold, Jacob	02	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
2,50	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	27.06. Schwerte
2,50	Kasten, Till	03	TuS 1846 Iserlohn	12.09. Hemer
2,49	Werhahn, Hendrik	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte

Schlagballwurf 80 g Rekord: 41,50 Hallmann, Oliver TG Westhofen
BL 2008: 33,50 Wagner, Oliver VfL Fröndenberg

28,50	Hoffmann, Paul	01	VfL Fröndenberg	03.10. Menden
26,00	Heimbecher, Mats	01	TV Deilinghofen	21.06. Menden
25,00	Koke, Philipp	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
25,00	Kolbe, Dean	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
24,00	Schmerbeck, Leon	01	ASV Iserlohn	13.09. Letmathe
22,50	Reiffert, Timon	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte
21,50	Finkhaus, Tim	01	SC 1912 Hennen	21.06. Menden
20,50	Kasten, Kevin	01	TuS 1846 Iserlohn	12.09. Hemer
20,00	Koke, Christopher	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
19,00	Budde, Tobias	01	ASV Iserlohn	09.05. Iserlohn
18,00	Werhahn, Hendrik	01	LG Schwerte	27.06. Schwerte
17,50	Wlost, Louis	02	LG Schwerte	27.06. Schwerte
17,50	Jantz, Luuk	01	VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
17,00	Scherf, Thorben	03	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
16,00	Queisser, Jakob	03	LG Schwerte	27.06. Schwerte
16,00	Hilberg, Robin	02	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
16,00	Schittko, Jonathan	02	TuS 1846 Iserlohn	19.09. Fröndenberg
15,50	Mattik, Nils	01	LG Menden	21.06. Menden
15,00	Jonas, David	02	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06. Iserlohn
15,00	Waldheim, Jonas	02	LG Schwerte	27.06. Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schüler M8

Dreikampf		Rekord: 909 Verbruggen, Roderik 94 TV Deilinghofen BL 2008: 801 Wagner, Oliver VfL Fröndenberg			
716	Hoffmann, Paul 9,55/3,09/28,50	01 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
678	Heimbecher, Mats 9,39/2,93/25,00	01 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
637	Koke, Philipp 9,58/2,74/25,00	01 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
603	Jantz, Luuk 9,4/3,08/17,50	01 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
589	Kasten, Kevin 9,97/2,92/20,50	01 TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer	
576	Hilberg, Robin 9,33/2,81/16,00	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
543	Budde, Tobias 9,79/2,61/19,00	01 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
526	Scherf, Thorben 9,56/2,51/17,00	03 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
474	Giebel, Justin 9,49/2,67/10,50	01 LG Menden	03.10.	Menden	
470	Koke, Christopher 10,57/2,40/20,00	01 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
412	Kasten, Till 10,35/2,50/12,50	03 TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer	
407	Schittko, Jonathan 10,4/2,30/16,00	02 TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg	
396	Vogelsmeier, Benjamin 10,03/2,56/9,00	01 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
386	Liene, Max 10,01/2,20/12,00	03 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
381	Bzyl, Erik 10,6/2,59/11,50	01 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
335	Waldheim, Jonas 10,70/2,22/11,50	02 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
335	Krause, Lutz 11,13/2,44/11,00	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
234	Knappstein, Philipp 11,88/1,96/12,00	03 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
149	Lütticke, Tobias 13,7/2,07/9,00	04 TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg	
142	Amelung, Jakob 12,33/1,90/5,50	03 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen W70

10 km		BL 2008:			
71:46	Schulte, Christel	39 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg	
Halbmarathon		BL 2008:			
2:42:24	Schulte, Christel	39 Marathon-Club, Menden	22.02.	Hamm	
Frauen W65					
Weitsprung		BL 2008: 3,51* Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg		
3,49	0 Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn	
Kugelstoß 3,0 kg		BL 2008: 6,89 Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg		
6,26	Kern, Brunhilde	41 LG Schwerte	30.05.	Paderborn	
Diskuswurf 1,0 kg		BL 2008: 18,62 Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg		
17,74	Schnadt, Christa	40 VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn	
13,82	Kern, Brunhilde	41 LG Schwerte	30.05.	Paderborn	
Speerwurf 400 g		BL 2008: 13,97 Kern, Brunhilde	41 LG Schwerte		
15,06	Kern, Brunhilde	41 LG Schwerte	16.05.	Ergste	
Frauen W55					
10 km		BL 2008: 44:23 Schneider-Endrowait, Gisela	52 MC, Menden		
51:24	Glasmeyer, Cornelia	54 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg	
71:46	Schulte, Christel	39 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg	
10 km Mannschaft		BL2008:			
2:37:00	Marathon-Club, Menden		14.02.	Fröndenberg	
	Langer 48:57, Glasmeyer 51:24, Grondke 56:39				
Halbmarathon		BL 2008: 1:37:39 Schneider-Endrowait, Gisela	52 MC, Menden		
1:55:54	Glasmeyer, Cornelia	54 Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn	
2:42:24	Schulte, Christel	39 Marathon-Club, Menden	22.02.	Hamm	

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen W55

Marathon BL 2008:
 4:06:57 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden

Frauen W50

10 km BL 2008: 50:31 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden
 48:57 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 51:24 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 54:47 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 25.01. Hamm
 56:39 Grondke, Monika 56 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 71:46 Schulte, Christel 39 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg

Halbmarathon BL 2008: 1:51:57 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden

1:50:13 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden 06.09. Oelde
 1:55:54 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 23.08. Iserlohn
 2:00:33 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 06.09. Oelde
 2:42:24 Schulte, Christel 39 Marathon-Club, Menden 22.02. Hamm

Marathon BL 2008: 4:18:19 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden

4:06:57 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden
 4:40:13 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden

Kugelstoß 3,0 kg BL 2008: 9,85 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte

10,12 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte 25.04. Fröndenberg
 6,26 Kern, Brunhilde 41 LG Schwerte 30.05. Paderborn

Diskuswurf 1,0 kg BL 2008: 27,38 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte

28,00 Münnekhoff, Gerlinde 57 LG Schwerte 25.04. Fröndenberg
 17,74 Schnadt, Christa 40 VfL Fröndenberg 30.05. Paderborn
 13,82 Kern, Brunhilde 41 LG Schwerte 30.05. Paderborn

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen W45

100 m BL 2008:
 14,6 Kopka, Kerstin 63 VfL Fröndenberg 19.09. Fröndenberg

800 m BL 2008:
 3:08,1 Kopka, Kerstin 63 VfL Fröndenberg 19.09. Fröndenberg

1500 m BL 2008:
 5:39,92 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn 08.05. Menden

3000 m BL 2008: 11:29,39 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

11:18,66 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn 30.05. Paderborn

5000 m BL 2008: 19:55,18 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

20:36,34 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn 25.04. Berg.-Gladbach

10 km BL 2008: 41:42 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

42:44 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn 06.12. Hamm
 48:57 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 51:24 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 54:47 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 25.01. Hamm
 55:02 Marutschke, Anneli 63 Marathon-Club, Menden 25.01. Hamm
 56:39 Grondke, Monika 56 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 61:46 Völlkopf, Angelika 60 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg
 71:46 Schulte, Christel 39 Marathon-Club, Menden 14.02. Fröndenberg

Halbmarathon BL 2008: 1:38:17 Multala-Ritzmann, Sisko 63 ASV Iserlohn

1:43:06 Beutler-Gauglitz, Vera 61 TuS 1846 Iserlohn 23.08. Iserlohn
 1:50:13 Langer, Gerlinde 57 Marathon-Club, Menden 06.09. Oelde
 1:55:54 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 23.08. Iserlohn
 2:00:33 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 06.09. Oelde
 2:30:53 Völlkopf, Angelika 60 Marathon-Club, Menden 23.08. Iserlohn
 2:42:24 Schulte, Christel 39 Marathon-Club, Menden 22.02. Hamm

Marathon BL 2008: 4:37:24 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden

4:06:57 Glasmeyer, Cornelia 54 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden
 4:16:25 Marutschke, Anneli 63 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden
 4:40:13 Rabe, Sonja 59 Marathon-Club, Menden 07.06. Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen W45

Weitsprung		BL 2008:			
4,01	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,49	0 Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn

Kugelstoß 4,0 kg		BL 2008:			
6,38	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg

Frauen W40

100 m		BL 2008: 14,04* Griesenbruch, Michaela 66 TV Deilinghofen			
-------	--	---	--	--	--

14,6	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
15,54	0,5 Spieckermann, Susanne	67	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

10 km		BL 2008: 56:40 Oberste, Rita 64 Marathon-Club, Menden			
42:44	Multala-Ritzmann, Sisko	63	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
48:57	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
51:24	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
54:24	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
54:47	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
55:02	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
56:39	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
61:46	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
71:46	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg

Marathon		BL 2008:			
4:00:53	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:06:57	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:16:25	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:40:13	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

Weitsprung		BL 2008: 4,15* Spieckermann, Susanne 67 TV Deilinghofen			
4,01	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,89	0,9 Spieckermann, Susanne	67	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,49	0 Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn

Kugelstoß 4,0 kg		BL 2008: 8,28 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte			
7,23	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
6,82	Spieckermann, Susanne	67	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
6,38	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen W40

Diskuswurf 1,0 kg		BL 2008: 24,57 Schwietale, Claudia 67 LG Schwerte			
28,00	Münnekhoff, Gerlinde	57	LG Schwerte	25.04.	Fröndenberg
22,12	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
17,74	Schnadt, Christa	40	VfL Fröndenberg	30.05.	Paderborn
13,82	Kern, Brunhilde	41	LG Schwerte	30.05.	Paderborn

Frauen W35

10 km		BL 2008: 48:20 Michel, Anja 70 Marathon-Club, Menden 25.01. Hamm			
-------	--	--	--	--	--

10 km		BL 2008: 43:32 Quincke, Anja 75 Marathon-Club, Menden			
-------	--	---	--	--	--

42:44	Multala-Ritzmann, Sisko	63	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
43:51	Quinke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
48:20	Michel, Anja	70	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
48:57	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
51:24	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
54:24	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
54:47	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
55:02	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	25.01.	Hamm
56:39	Grondke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
61:46	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
71:46	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg

Halbmarathon		BL 2008: 1:37:17 Quincke, Anja 75 Marathon-Club, Menden			
1:32:53	Quinke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	07.06.	Duisburg
1:43:06	Beutler-Gauglitz, Vera	61	TuS 1846 Iserlohn	23.08.	Iserlohn
1:50:13	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:55:54	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
2:00:33	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
2:30:53	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
2:42:24	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	22.02.	Hamm

Marathon		BL 2008: 3:34:03 Quincke, Anja 75 Marathon-Club, Menden			
3:20:43	Quinke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	26.04.	Bonn
4:00:53	Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:06:57	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:16:25	Marutschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
4:40:13	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

100 m					Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden BL 2008: 12,98* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen
13,07	0,3	Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
13,10	-0,7	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
13,11	-0,2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	20.09. Attendorn
13,12	-1,6	Kuhleemann, Sabrina	84	LG Menden	17.07. Menden
13,15	-1,6	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	17.07. Menden
13,17	-0,1	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
13,18	0,7	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
13,19	-0,9	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	20.09. Attendorn
13,31	0,1	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06. Recklingshn.
13,32	-0,6	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	01.06. Recklingshn.
13,40	-0,9	Frohmler, Cassandra	88	LG Schwerte	20.09. Attendorn
13,41		Selsen, Alina	89	LG Schwerte	14.05. Dortmund
13,42	-1,1	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
13,43	-1,7	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	08.05. Menden
13,43	-1,1	Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	14.05. Dortmund
13,43	0,9	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,55	0,5	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,62	-0,3	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07. Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96	LG Menden	30.08. Hagen
13,65	0,2	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
Leistungen mit Rückenwind:					
13,11	4,5	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	13.09. Letmathe
200 m					Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden BL 2008: 26,39* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen
26,20	0	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
26,20	-0,6	Kuhleemann, Sabrina	84	LG Menden	17.07. Menden
26,65	0	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
26,65	-1,2	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	17.07. Menden
27,01	-0,1	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	21.06. Dortmund
27,25	-0,9	Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	20.09. Attendorn
27,49	0	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
27,72	0	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
27,91	-1,3	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
29,12	0,2	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
29,21	-1,4	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	25.07. Dortmund
29,47	-0,9	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	14.05. Dortmund
Leistungen mit Rückenwind:					
28,88	2,1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	13.09. Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

400 m					Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV BL 2008: 58,12 Kuhleemann, Sabrina 84 LG Menden
58,20		Rustemeier, Julia	91	LG Menden	09.08. Rhede
58,38		Kuhleemann, Sabrina	84	LG Menden	30.05. Gladbeck
60,66		Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	20.09. Attendorn
60,92		Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	20.09. Attendorn
63,37		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	14.05. Dortmund
65,51		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	14.05. Dortmund
66,24		Wessinghage, Julia	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
68,09		Stopinski, Katrin	93	LG Menden	10.06. Menden
72,84		Linne, Julia	92	LC Letmathe	07.06. Hagen
10 km					Rekord: 34:18 Wulsch, Sigrid 53 SV Menden BL 2008: 40:31 Walter, Verena 81 Marathon-Club, Menden
40:59		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
41:25		Gusik, Laura	89	LG Menden	06.12. Hamm
41:28		Walter, Verena	81	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
42:44		Multala-Ritzmann, Sisko	63	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
43:51		Quinke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
44:02		Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	26.06. Fröndenberg
46:23		Köhne, Hanna	89	ASV Iserlohn	14.02. Fröndenberg
46:47		Löbbecke, Anna	87	ASV Iserlohn	07.03. Bentfeld
48:20		Michel, Anja	70	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
48:57		Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
51:24		Glasmeier, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
51:28		Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	10.10. Coesfeld
52:03		Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	14.11. Oberaden
54:24		Schoppe, Alexandra	69	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
54:47		Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
55:02		Maruschke, Anneli	63	Marathon-Club, Menden	25.01. Hamm
56:39		Grundke, Monika	56	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
61:46		Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
71:46		Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
10 km Mannschaft					Rekord: 2:00:26 LG Schwerte BL2008: 2:18:46 Marathon-Club, Menden
2:14:16		Marathon-Club, Menden			14.02. Fröndenberg
		Walter 41:28, Quinke 43:51, Langer 48:57			
Halbmarathon					Rekord: 1:14:03 Mai, Christina ASV Iserlohn BL 2008: 1:40:58 Fingerhut, Sabrina 84 ASV Iserlohn
1:29:12		Gusik, Laura	89	LG Menden	01.03. Porz
1:32:53		Quinke, Anja	75	Marathon-Club, Menden	07.06. Duisburg
1:37:09		Schulte, Anja	81	Marathon-Club, Menden	23.08. Klagenfurt/A
1:43:06		Beutler-Gauglitz, Vera	61	TuS 1846 Iserlohn	23.08. Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

Fortsetzung Halbmarathon Rekord: 1:14:03 Mai, Christina ASV Iserlohn
BL 2008: 1:40:58 Fingerhut, Sabrina 84 ASV Iserlohn

1:50:13	Langer, Gerlinde	57	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
1:55:54	Glasmeyer, Cornelia	54	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
2:00:33	Rabe, Sonja	59	Marathon-Club, Menden	06.09.	Oelde
2:07:41	Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
2:30:53	Völlkopf, Angelika	60	Marathon-Club, Menden	23.08.	Iserlohn
2:42:24	Schulte, Christel	39	Marathon-Club, Menden	22.02.	Hamm

Marathon Mannschaft Rekord: 9:50:01 MC Menden
BL2008:

12:24:15	Marathon-Club, Menden	07.06.	Menden
Schoppe 4:00:53, Glasmeyer 4:06:57, Marutschke 4:16:25			

100 m Hürden Rekord: 14,35 Fritsche, Kerstin LG Menden
BL 2008:

15,65	0,1	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	25.07.	Dortmund
16,20	0,1	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	25.07.	Dortmund
16,70	-1,5	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
18,86	-1,5	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

4 x 100 m Rekord: 48,02 TuS Iserlohn
BL2008: 50,50 LG Schwerte

49,79	LG Schwerte	30.05.	Witten
Lohse 91, Holzhausen 92, Grulke 90, Bachorz 90			
50,65	TV Deilinghofen	06.06.	Dortmund
Borscheid 85, Bodenstein 91, Spieckermann 80, Weiche 89			
51,23	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
Mergemeier 86, Frohmüller 88, Neumann 89, Schulte 88			
52,22	TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94			
53,21	Startgem. LCL/Nighthawks	21.06.	Betzdorf
Kleischmann 95, Engelmann 94, Wittenburg 94, Rabener 95			
53,70	LG Menden	30.08.	Hagen
Dröttboom 95, Heider 96, Weingarten 95, Böhmer 94			
58,39	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
Jelich 94, Voigt 95, Oldenburg 94, Kleyensteiber 94			

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

Hochsprung Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn
BL 2008:

1,65	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingsn.
1,60	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	25.07.	Dortmund
1,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
1,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
1,52	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,52	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,52	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.09.	Hagen
1,50	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,49	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,48	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,48	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,45	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,45	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
1,41	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,40	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	26.09.	Altena
1,40	Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,38	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe

Weitsprung Rekord: 6,13 Janke, Brigitte LC Schwerte
BL 2008: 4,64* Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen

5,54	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
5,40	1,1 Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,15	0,3 Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
5,12	1 Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,08	-1,9 Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
5,07	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
5,05	-1,2 Frohmüller, Cassandra	88	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
5,02	1 Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
5,02	2 Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
4,96	1,6 Beres, Sina	94	ASV Iserlohn	30.08.	Hagen
4,91	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,76	0,8 Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.07.	Dortmund
4,71	0,2 Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,70	-1 Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,68	0,2 Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,66	0,8 Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,61	0,1 Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	21.06.	Menden
4,61	0,5 Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	03.10.	Menden
4,58	-0,9 Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

Kugelstoß 4,0 kg Rekord: 14,06 Venghaus, Claudia 77 TV Deilinghofen
 BL 2008: 8,77 Spieckermann, Katrin 80 TV Deilinghofen

11,85	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
11,57	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	25.07.	Dortmund
9,79	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
9,69	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
9,66	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
9,38	Spieckermann, Katrin	80	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
9,33	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,78	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,52	Klapper, Nadine	87	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,10	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
7,23	Schwietale, Claudia	67	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
7,16	Hartwig, Laura	91	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
7,12	Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
7,07	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
7,06	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
7,01	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
6,92	Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,82	Spieckermann, Susanne	67	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
6,38	Kopka, Kerstin	63	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
5,66	Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe

Speerwurf 600 g Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden
 BL 2008:

35,37	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
35,36	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	26.07.	Dortmund
32,63	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
32,61	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	30.08.	Hagen
32,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	07.06.	Hagen
29,53	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	06.09.	Hagen
28,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
27,77	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Ergste
24,18	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,96	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,56	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,08	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
22,85	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	23.08.	Dortmund
22,01	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
21,56	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
21,19	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
20,73	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,72	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
19,72	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
16,79	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Frauen

Siebenkampf Rekord: 4899 Freisen, Jutta 82 LG Menden
 BL 2008:

4454	Borscheid, Frauke	85	TV Deilinghofen	25./26.07	Dortmund
				15,65(+0,1)/1,48/11,36/26,82(-1,8) // 5,12(+0,6)/35,37/2:39,41	
4340	Venghaus, Sandra	80	TV Deilinghofen	25./26.07	Dortmund
				16,20(+0,1)/1,60/11,57/29,21(-1,4) // 5,15(+0,3)/35,36/2:40,97	
4203	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
				16,70(-1,5)/1,64/9,74/27,49(0,0) // 5,23/32,63/2:50,85	
3339	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
				18,86(-1,5)/1,44/8,10/27,72(0,0) // 5,08/21,56/2:54,01	

Siebenkampf Mannschaft Rekord: 12934 TV Deilinghofen
 BL2008:

12934	TV Deilinghofen	25./26.07	Dortmund
	Borscheid 4454, Venghaus 4340, Bodenstein 4140		

Juniorinnen

100 m Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
 BL 2008: 13,01* Frohmüller, Cassandra 88 LG Schwerte

13,10	-0,7	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
13,11	-0,2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
13,17	-0,1	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
13,18	0,7	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
13,19	-0,9	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
13,31	0,1	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.
13,32	-0,6	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	01.06.	Recklingshn.
13,40	-0,9	Frohmüller, Cassandra	88	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
13,41		Selsen, Alina	89	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13,42	-1,1	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13,43	-1,7	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
13,43	-1,1	Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13,43	0,9	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,55	0,5	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,62	-0,3	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96	LG Menden	30.08.	Hagen
13,65	0,2	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
13,66	1,3	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
13,74	0	Rabener, Hanna	95	LC Letmathe	07.06.	Hagen
13,74		Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn

Leistungen mit Rückenwind:

13,11	4,5	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
-------	-----	----------------	----	-------------	--------	----------

Ausdruck vom 23.12.2009

Juniorinnen

400 m	Rekord: 56,38 Kuhlemann, Sabrina 84 LG Menden BL 2008: 59,99 Schulte, Leonie 88 LG Schwerte			
58,20	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	09.08. Rhede
60,66	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	20.09. Attendorn
60,92	Schulte, Leonie	88	LG Schwerte	20.09. Attendorn
63,37	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	14.05. Dortmund
65,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	14.05. Dortmund
66,24	Wessinghage, Julia	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
68,09	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	10.06. Menden
72,84	Linne, Julia	92	LC Letmathe	07.06. Hagen
800 m	Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV BL 2008: 2:48,0 Preuß, Christiane 87 VfL Fröndenberg			
2:20,76	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	20.08. Dortmund
2:20,83	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	01.07. Essen
2:22,06	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	01.07. Essen
2:24,88	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
2:25,59	Stuedle, Luisa	93	LG Menden	20.06. Dortmund
2:30,39	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	30.08. Hagen
2:30,57	Stolze, Martha	94	LG Menden	26.06. Siegburg
2:33,54	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:35,33	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06. Hagen
2:35,77	Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.09. Letmathe
2:36,21	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07. Hilden
2:37,89	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09. Menden
2:37,98	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:38,92	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:39,5	Gierke, Lioba	94	LG Schwerte	27.06. Schwerte
2:40,84	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
2:41,01	Bencker, Ingrid	92	Marathon-Club, Menden	01.06. Siegburg
2:41,33	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	26.07. Dortmund
2:42,45	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
2:43,17	Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	29.06. Leverkusen
3000 m	Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste BL 2008:			
10:57,87	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
11:22,58	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	04.10. Bochum
11:28,54	Gusik, Laura	89	LG Menden	03.10. Menden
12:00,78	Stuedle, Luisa	93	LG Menden	03.10. Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Juniorinnen

10 km	Rekord: 37:03 Großkreutz, Anja 81 MC Menden BL 2008: 56:54 Preuß, Christiane 87 VfL Fröndenberg			
40:59	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
41:25	Gusik, Laura	89	LG Menden	06.12. Hamm
44:02	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	26.06. Fröndenberg
46:23	Köhne, Hanna	89	ASV Iserlohn	14.02. Fröndenberg
46:47	Löbbecke, Anna	87	ASV Iserlohn	07.03. Bentfeld
51:28	Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	10.10. Coesfeld
52:03	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	14.11. Oberaden
Halbmarathon	Rekord: 1:23:13 Großkreutz, Anja 81 MC Menden BL 2008: 1:35:10 Kaderhandt, Lena 86 Marathon-Club, Menden			
1:29:12	Gusik, Laura	89	LG Menden	01.03. Porz
2:07:41	Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
Marathon	Rekord: 2:58:31 Großkreutz, Anja 81 MC Menden BL 2008:			
3:04:50	Gusik, Laura	89	LG Menden	26.04. Bonn
4 x 100 m	Rekord: 49,91 LG Schwerte BL2008: 50,46 LG Schwerte			
49,79	LG Schwerte			30.05. Witten
52,22	Lohse 91, Holzhausen 92, Grulke 90, Bachorz 90			21.06. Betzdorf
52,83	TV Deilinghofen			21.06. Betzdorf
53,21	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94			21.06. Betzdorf
53,70	LG Schwerte			21.06. Betzdorf
58,39	Sobottka 95, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Schiprowski 94			21.06. Betzdorf
	Startgem. LCL/Nighthawks			21.06. Betzdorf
	Kleischmann 95, Engelmann 94, Wittenburg 94, Rabener 95			30.08. Hagen
	LG Menden			30.08. Hagen
	Dröttboom 95, Heider 96, Weingarten 95, Böhmer 94			05.09. Menden
	TV Deilinghofen			05.09. Menden
	Jelich 94, Voigt 95, Oldenburg 94, Kleyensteiber 94			
3 x 800 m	Rekord: 9:14,50 VfL Fröndenberg BL2008:			
8:12,92	LG Menden			02.05. Bad Neuenahr
8:27,79	Altmann 96, Lange 96, Auer 97			26.04. Iserlohn
8:28,45	Startgem. LCL/Nighthawks			26.04. Iserlohn
	Breer 96, Deutscher 97, Post 97			25.09. Essen
	Marathon-Club, Menden			25.09. Essen
	Hamer 98, Legler 98, Leusmann 99			

Ausdruck vom 23.12.2009

Juniorinnen

Forts. 3 x 800 m Rekord: 9:14,50 VfL Fröndenberg
BL2008:

8:31,12	ASV Iserlohn Spies 96, Wegener 95, Wrede 96	26.04.	Iserlohn
8:32,6	LG Schwerte Fischer 96, Kirschbaum 95, Gierke 94	04.09.	Schwerte
8:50,36	Marathon-Club, Menden Kotola-Lopez 97, Isenberg 97, Bründl 97	26.04.	Iserlohn
9:14,50	VfL Fröndenberg Holtheuer 87, Zimmermann 87, Preuß 87	30.05.	Witten
9:15,6	Marathon-Club, Menden Geuken 99, Isenberg 99, Legler 98	04.09.	Schwerte
9:15,9	ASV Iserlohn Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00	04.09.	Schwerte
9:17,9	LG Schwerte Kron 96, Goebel 97, Jürgens 98	04.09.	Schwerte
9:21,23	ASV Iserlohn Ritzmann 01, Heucks 98, Martinek 00	26.04.	Iserlohn
10:23,6	ESV Nighthawks, Iserlohn Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00	04.09.	Schwerte
10:31,3	LG Schwerte Görtz 98, Bendig 99, Kienitz 99	04.09.	Schwerte
10:50,1	ESV Nighthawks, Iserlohn Horst 98, Bochynek 98, Keienburg 99	04.09.	Schwerte
10:50,4	LG Schwerte Mann 01, Boniface 01, Schulte 01	04.09.	Schwerte
10:59,0	LG Schwerte Müllenbach 99, Sahling 99, Ciaramaria 99	04.09.	Schwerte
11:09,4	LG Schwerte Schaub 00, Stüttgen 00, Rodriguez 01	04.09.	Schwerte

Hochsprung Rekord: 1,64 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen
BL 2008:

1,65	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.
1,59	Reese, Sarah	89	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
1,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
1,52	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,52	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.09.	Hagen
1,50	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,49	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,48	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,48	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,45	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,45	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn

Ausdruck vom 23.12.2009

Juniorinnen

Fortsetzung Hochsprung Rekord: 1,64 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen
BL 2008:

1,41	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,40	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	26.09.	Altena
1,40	Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,38	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,36	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,35	Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,35	Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe

Weitsprung Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen
BL 2008: 5,26 Frohmüller, Cassandra 88 LG Schwerte

5,40	1,1	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,12	1	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,08	-1,9	Neumann, Katrin	89	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
5,07		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
5,05	-1,2	Frohmüller, Cassandra	88	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
5,02	1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
5,02	2	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
4,96	1,6	Beres, Sina	94	ASV Iserlohn	30.08.	Hagen
4,91		Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,79		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,76	0,8	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.07.	Dortmund
4,71	0,2	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,68	0,2	Sobotka, Louisa	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,66	0,8	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,61	0,1	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	21.06.	Menden
4,61	0,5	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	03.10.	Menden
4,58	-0,9	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,57	-0,3	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,52	1,3	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,52	-0,4	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Kugelstoß 4,0 kg Rekord: 12,31 Venghaus, , Claudia 77 LG Menden
BL 2008: 8,41 Frohmüller, Cassandra 88 LG Schwerte

9,79	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
9,69	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
9,66	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
9,33	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,78	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,52	Klapper, Nadine	87	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,10	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Juniorinnen

Forts. Kugelstoß 4,0 kg Rekord: 12,31 Venghaus, , Claudia 77 LG Menden
BL 2008: 8,41 Frohmüller, Cassandra 88 LG Schwerte

7,16	Hartwig, Laura	91	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
7,12	Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
7,07	Westhelle, Sarah	89	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
7,06	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
7,01	Preuß, Christiane	87	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
6,92	Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
5,66	Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
5,27	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Speerwurf 600 g Rekord: 28,58 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen
BL 2008: 21,05 Zimmermann, Pia 87 VfL Fröndenberg

32,63	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
32,61	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	30.08.	Hagen
32,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	07.06.	Hagen
29,53	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	06.09.	Hagen
28,57	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
27,77	Selsen, Alina	89	LG Schwerte	16.05.	Ergste
24,18	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,96	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,56	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,08	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
22,85	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	23.08.	Dortmund
22,01	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
21,56	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
21,19	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
20,73	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,72	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
19,72	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
16,79	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
14,64	Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
12,71	Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	08.05.	Menden

Siebenkampf Rekord: 4140 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen
BL 2008:

4203	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	16,70(-1,5)/1,64/9,74/27,49(0,0) // 5,23/32,63/2:50,85				
3339	Weiche, Jessica	89	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	18,86(-1,5)/1,44/8,10/27,72(0,0) // 5,08/21,56/2:54,01				

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend A

100 m Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2008: 13,40* Neumann, Katrin 89 LG Schwerte

13,10	-0,7	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
13,11	-0,2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
13,17	-0,1	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
13,18	0,7	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
13,31	0,1	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshn.
13,32	-0,6	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	01.06.	Recklingshn.
13,42	-1,1	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13,43	-1,7	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
13,43	-1,1	Lohse, Marleen	91	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
13,43	0,9	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,55	0,5	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,62	-0,3	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07.	Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96	LG Menden	30.08.	Hagen
13,65	0,2	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
13,66	1,3	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
13,74	0	Rabener, Hanna	95	LC Letmathe	07.06.	Hagen
13,74		Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
13,76	0,5	Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,6	0,8	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	27.06.	Schwerte

Leistungen mit Rückenwind:

13,11	4,5	Bachorz, Janna	90	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
-------	-----	----------------	----	-------------	--------	----------

200 m Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2008: 28,02* Grulke, Tabea 90 LG Schwerte

26,20	0	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05.	Wanne-Eickel
26,65	-1,2	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	17.07.	Menden
27,01	-0,1	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	21.06.	Dortmund
27,49	0	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,91	-1,3	Grulke, Tabea	90	LG Schwerte	14.05.	Dortmund
29,12	0,2	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
29,47	-0,9	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	14.05.	Dortmund

Leistungen mit Rückenwind:

28,88	2,1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
-------	-----	------------------	----	-------------	--------	----------

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend A

400 m	Rekord: 54,99 Schnabel, Tanja Letmather TV BL 2008: 66,06 Wessinghage, Julia 90 LG Schwerte			
58,20	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	09.08. Rhede
60,66	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	20.09. Attendorn
63,37	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	14.05. Dortmund
65,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	14.05. Dortmund
66,24	Wessinghage, Julia	90	LG Schwerte	14.05. Dortmund
68,09	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	10.06. Menden
72,84	Linne, Julia	92	LC Letmathe	07.06. Hagen
800 m	Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV BL 2008:			
2:20,76	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	20.08. Dortmund
2:20,83	Rustemeier, Julia	91	LG Menden	01.07. Essen
2:22,06	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	01.07. Essen
2:24,88	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
2:25,59	Steudle, Luisa	93	LG Menden	20.06. Dortmund
2:30,39	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	30.08. Hagen
2:30,57	Stolze, Martha	94	LG Menden	26.06. Siegburg
2:33,54	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:35,33	Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06. Hagen
2:35,77	Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.09. Letmathe
2:36,21	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07. Hilden
2:37,89	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09. Menden
2:37,98	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:38,92	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:39,5	Gierke, Lioba	94	LG Schwerte	27.06. Schwerte
2:40,84	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
2:41,01	Bencker, Ingrid	92	Marathon-Club, Menden	01.06. Siegburg
2:41,33	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	26.07. Dortmund
2:42,45	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
2:43,17	Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	29.06. Leverkusen
1500 m	Rekord: 4:31,0 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV BL 2008: 5:27,51 Gusik, Laura 89 LG Menden			
4:51,08	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	21.06. Dortmund
5:08,25	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	13.09. Letmathe
5:09,28	Steudle, Luisa	93	LG Menden	05.09. Kamen
5:39,87	Bencker, Ingrid	92	Marathon-Club, Menden	14.05. Dortmund

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend A

3000 m	Rekord: 9:52,5 Wolf, Gaby 68 SG Eintracht Ergste BL 2008: 13:07,30 Köhne, Hannah 89 ASV Iserlohn			
10:57,87	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
11:22,58	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	04.10. Bochum
12:00,78	Steudle, Luisa	93	LG Menden	03.10. Menden
10 km	Rekord: 39:02 Großkreutz, Anja 81 MC Menden BL 2008: 44:35 Köhne, Hannah 89 ASV Iserlohn			
40:59	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
44:02	Hafenmayer, Isabel	91	LG Menden	26.06. Fröndenberg
51:28	Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	10.10. Coesfeld
Halbmarathon	Rekord: 1:36:14 Kaderhandt, Lena 86 MC Menden BL 2008:			
2:07:41	Schütz, Katrin	90	ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
100 m Hürden	Rekord: 14,52 Menzel, Viola LG Iserlohn BL 2008:			
16,70 -1,5	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
4 x 100 m	Rekord: 48,88 TV Deilinghofen BL2008: 49,91 LG Schwerte			
49,79	LG Schwerte			30.05. Witten
	Lohse 91, Holzhausen 92, Grulke 90, Bachorz 90			
52,22	TV Deilinghofen			21.06. Betzdorf
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94			
52,83	LG Schwerte			21.06. Betzdorf
	Sobotka 95, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Schiprowski 94			
53,21	Startgem. LCL/Nighthawks			21.06. Betzdorf
	Kleischmann 95, Engelmann 94, Wittenburg 94, Rabener 95			
53,70	LG Menden			30.08. Hagen
	Dröttboom 95, Heider 96, Weingarten 95, Böhmer 94			
58,39	TV Deilinghofen			05.09. Menden
	Jelich 94, Voigt 95, Oldenburg 94, Kleyensteiber 94			
Olymp. Stf. (400/200/200/	Rekord: 4:11,78 LG Schwerte BL2008:			
4:18,47	LG Schwerte			21.05. Kreuztal
	Lügger 92, Grulke 90, Bachorz 90, Holzhausen 92			
4:43,26	ASV Iserlohn			26.04. Iserlohn
	Dickschatt 93, Gottzmann 93, Dickschatt 91, Wrede 93			

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend A

Hochsprung

Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2008:

1,65		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	01.06.	Recklingshsn.
1,56		Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
1,52		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,52		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,51		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.09.	Hagen
1,50		Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,49		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,48		Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,48		Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,45		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
1,41		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
1,40		Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	26.09.	Altena
1,40		Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38		Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,38		Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,36		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,35		Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,35		Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,34		Böhmer, Marina	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,34		Auer, Jana	97	LG Menden	21.06.	Menden

Weitsprung

Rekord: 6,09 Simon, Evelyn 65 TG Westhofen

BL 2008: 4,86* Neumann, Katrin 89 LG Schwerte

5,40	1,1	Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
5,07		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
5,02	1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
5,02	2	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
4,96	1,6	Beres, Sina	94	ASV Iserlohn	30.08.	Hagen
4,91		Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,79		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,76	0,8	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.07.	Dortmund
4,71	0,2	Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,68	0,2	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,66	0,8	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,61	0,1	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	21.06.	Menden
4,61	0,5	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	03.10.	Menden
4,58	-0,9	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,57	-0,3	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,52	1,3	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,52	-0,4	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
4,47	1,4	Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,46	0,8	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,44	0	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend A

Kugelstoß 4,0 kg

Rekord: 13,16 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008: 9,41 Bönemann, Annegret 90 TV Deilinghofen

9,79		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
9,69		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
9,66		Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
9,33		Althaus, Jessica	91	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,78		Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
7,16		Hartwig, Laura	91	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
7,12		Maszewski, Agnes	91	VfL Fröndenber	25.04.	Fröndenber
7,06		Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
6,92		Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
5,66		Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
5,27		Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Speerwurf 600 g

Rekord: 44,54 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008:

32,63		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
32,61		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	30.08.	Hagen
32,51		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	07.06.	Hagen
29,53		Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	06.09.	Hagen
28,57		Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
24,18		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,96		Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,56		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,08		Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
22,85		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	23.08.	Dortmund
22,01		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
21,19		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
20,73		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,72		Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
19,72		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
16,79		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenber	25.04.	Fröndenber
14,64		Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenber	25.04.	Fröndenber
12,71		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	08.05.	Menden

Siebenkampf

Rekord: 4899 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008:

4203		Bodenstein, Carina	91	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
16,70(-1,5)/1,64/9,74/27,49(0,0) // 5,23/32,63/2:50,85						

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend B

100 m	Rekord: 11,6 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden BL 2008: 13,07* Lohse, Marleen 91 LG Schwerte				
13,10	-0,7	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
13,11	-0,2	Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	20.09. Attendorn
13,17	-0,1	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06. Lüdinghausen
13,18	0,7	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06. Iserlohn
13,43	-1,7	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	08.05. Menden
13,43	0,9	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,55	0,5	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	11.07. Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96	LG Menden	30.08. Hagen
13,65	0,2	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
13,66	1,3	Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09. Letmathe
13,74	0	Rabener, Hanna	95	LC Letmathe	07.06. Hagen
13,74		Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
13,76	0,5	Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,6	0,8	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	27.06. Schwerte
13,90	-1,7	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	30.08. Hagen
13,92	0,1	Wittenburg, Vanessa	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06. Hagen
14,02	-0,3	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	09.05. Iserlohn
14,04	0,4	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.06. Menden
14,08		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	25.07. Dortmund

200 m Rekord: 24,5 Scheppan, Ruth 70 LAV Menden
BL 2008: 26,62* Rustemeier, Julia 91 LG Menden

26,20	0	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	01.05. Wanne-Eickel
27,01	-0,1	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	21.06. Dortmund
29,12	0,2	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
29,47	-0,9	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	14.05. Dortmund

Leistungen mit Rückenwind:

28,88	2,1	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	13.09. Letmathe
-------	-----	------------------	----	-------------	-----------------

400 m Rekord: 55,33 Schnabel, Tanja Letmather TV
BL 2008: 58,53 Rustemeier, Julia 91 LG Menden

60,66		Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	20.09. Attendorn
63,37		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	14.05. Dortmund
65,51		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	14.05. Dortmund
68,09		Stopinski, Katrin	93	LG Menden	10.06. Menden
72,84		Linne, Julia	92	LC Letmathe	07.06. Hagen

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend B

800 m Rekord: 2:07,30 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV
BL 2008: 2:19,34 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

2:22,06		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	01.07. Essen
2:24,88		Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
2:25,59		Stuedle, Luisa	93	LG Menden	20.06. Dortmund
2:30,39		Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	30.08. Hagen
2:30,57		Stolze, Martha	94	LG Menden	26.06. Siegburg
2:33,54		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:35,33		Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06. Hagen
2:35,77		Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.09. Letmathe
2:36,21		Auer, Jana	97	LG Menden	04.07. Hilden
2:37,89		Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09. Menden
2:37,98		Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:38,92		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:39,5		Gierke, Lioba	94	LG Schwerte	27.06. Schwerte
2:40,84		Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	11.06. Iserlohn
2:41,01		Bencker, Ingrid	92	Marathon-Club, Menden	01.06. Siegburg
2:42,45		Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
2:43,17		Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	29.06. Leverkusen
2:43,33		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	13.09. Letmathe
2:43,48		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
2:44,67		Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.07. Dortmund

1500 m Rekord: 4:31,0 Finkhaus, Heike 64 Letmather TV
BL 2008: 4:51,74 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

4:51,08		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	21.06. Dortmund
5:09,28		Stuedle, Luisa	93	LG Menden	05.09. Kamen
5:39,87		Bencker, Ingrid	92	Marathon-Club, Menden	14.05. Dortmund

3000 m Rekord: 10:05,8 Sünning, Sandra TuS Iserlohn
BL 2008: 10:45,96 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

10:57,87		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
12:00,78		Stuedle, Luisa	93	LG Menden	03.10. Menden

10 km Rekord: 39:38 Hafenmayer, Isabel 91 LG Iserlohn
BL 2008: 39:38 Hafenmayer, Isabel 91 LG Menden

40:59		Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
49:29		Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	11.12. Ahlen

400 m Hürden Rekord: 64,16 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2008: 65,86 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

65,09		Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	20.06. Dortmund
-------	--	------------------	----	-------------	-----------------

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend B

Forts. 400 m Hürden		Rekord: 64,16 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte BL 2008: 65,86 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte			
69,60	Dickschatt, Britta	93	ASV Iserlohn	01.06.	Recklingshn.
78,81	Stopinski, Katrin	93	LG Menden	20.06.	Dortmund
80,13	Linne, Julia	92	LC Letmathe	30.05.	Gladbeck
1500 m Hindernis		Rekord: 5:23,12 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn BL 2008:			
5:23,12	Wrede, Linda	93	ASV Iserlohn	21.05.	Kreuztal
4 x 100 m		Rekord: 49,60 Letmather TV BL2008: 51,38 TV Deilinghofen			
52,22	TV Deilinghofen			21.06.	Betzdorf
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94				
52,58	LG Schwerte			13.09.	Letmathe
	Lügger 92, Holzhausen 92, Brockhaus 94, Brockhaus 94				
53,21	Startgem. LCL/Nighthawks			21.06.	Betzdorf
	Kleischmann 95, Engelmann 94, Wittenburg 94, Rabener 95				
53,70	LG Menden			30.08.	Hagen
	Dröttboom 95, Heider 96, Weingarten 95, Böhmer 94				
58,39	TV Deilinghofen			05.09.	Menden
	Jelich 94, Voigt 95, Oldenburg 94, Kleyensteiber 94				
Schwedenstf. (400/300/200)		Rekord: 2:40,23 Startgem. LCL/Nighthawks BL2008:			
2:40,23	Startgem. LCL/Nighthawks			26.04.	Iserlohn
	Linne 92, Noll 93, Zur 94, Kowalski 94				
Hochsprung		Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn BL 2008: 1,60 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen			
1,56	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
1,52	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,52	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,51	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	06.09.	Hagen
1,50	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,49	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,48	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,48	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,45	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
1,41	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend B

Forts. Hochsprung		Rekord: 1,87 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn BL 2008: 1,60 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen			
1,40	Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,38	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,36	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,35	Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,35	Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,34	Böhmer, Marina	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,34	Auer, Jana	97	LG Menden	21.06.	Menden
1,32	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,32	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1,32	Hesse, Julia	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
Weitsprung		Rekord: 6,07 Rosier, Astrid SV Menden BL 2008: 5,47 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen			
5,07	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
5,02	1 Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
5,02	2 Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
4,96	1,6 Beres, Sina	94	ASV Iserlohn	30.08.	Hagen
4,91	Schmitten, Kira	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
4,76	0,8 Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	26.07.	Dortmund
4,68	0,2 Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,66	0,8 Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,61	0,1 Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	21.06.	Menden
4,61	0,5 Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	03.10.	Menden
4,58	-0,9 Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,57	-0,3 Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,52	1,3 Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,52	-0,4 Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
4,47	1,4 Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,46	0,8 Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,44	0 Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
4,43	0,6 Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,41	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
Kugelstoß 4,0 kg		Rekord: 12,62 Freisen, Jutta 82 LG Menden BL 2008: 10,15 Althaus, Jessica 91 TV Deilinghofen			
9,69	Lügger, Jennifer	92	LG Schwerte	20.09.	Attendorn
9,66	Kossmann, Mona	93	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
8,78	Holzhausen, Nele	92	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
7,06	Schwietale, Sabrina	92	LG Schwerte	13.06.	Oberaden
6,92	Pürzel, Moana	92	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
5,66	Rochow, Julia	92	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
5,27	Müller, Nicole	93	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Ausdruck vom 23.12.2009

Weibliche Jugend B

Diskuswurf 1,0 kg

Rekord: 37,36 Grote, Sandra TuS Iserlohn
BL 2008: 22,17 Schwietale, Sabrina 92 LG Schwerte

24,43	Lügger, Jennifer	92 LG Schwerte	31.01.	Kamen
23,86	Schwietale, Sabrina	92 LG Schwerte	16.05.	Ergste

Speerwurf 600 g

Rekord: 41,55 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2008: 37,82 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

32,61	Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	30.08.	Hagen
32,51	Lügger, Jennifer	92 LG Schwerte	07.06.	Hagen
29,53	Engelmann, Cindy	94 ESV Nighthawks, Iserlohn	06.09.	Hagen
28,57	Kossmann, Mona	93 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
24,18	Jelich, Alexandra	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,96	Kleyensteiber, Lisa	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,56	Rademacher, Nele Ulrike	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,08	Schmitt, Kira	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
22,85	Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	23.08.	Dortmund
22,01	Drost, Corina	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
21,19	Wirtz, Andrea	94 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
20,73	Schiprowski, Patricia	94 LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,72	Dombrink, Rina	94 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
19,72	Dierkes, Wiebke	94 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
16,79	Schulte, Frederika	95 VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
14,64	Schoppmann, Isabelle	94 VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
12,71	Heucks, Franziska	96 ASV Iserlohn	08.05.	Menden

Siebenkampf

Rekord: 5071 Freisen, Jutta 82 LG Menden
BL 2008: 4246 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

3758	Lügger, Jennifer	92 LG Schwerte	25./26.07	Dortmund
	16,83(+0,3)/1,48/8,72/14,08 // 4,76(+0,8)/30,72/2:44,67			
3414	Kossmann, Mona	93 TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	18,97(-2,0)/1,40/9,05/13,43(0,0) // 4,49(+1,3)/28,57/2:49,43			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

100 m

Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2008: 12,84* Kossmann, Mona 93 TV Deilinghofen

13,11	-0,2	Brockhaus, Laura	94 LG Schwerte	20.09.	Attendorn
13,17	-0,1	Drost, Corina	94 TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
13,43	0,9	Wirtz, Andrea	94 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,55	0,5	Dombrink, Rina	94 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	11.07.	Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96 LG Menden	30.08.	Hagen
13,65	0,2	Rademacher, Nele Ulrike	94 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
13,66	1,3	Brockhaus, Chantal	94 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
13,74	0	Rabener, Hanna	95 LC Letmathe	07.06.	Hagen
13,74		Sobottka, Louisa	95 LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
13,76	0,5	Grundler, Anja	94 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,6	0,8	Kleischmann, Merle	95 LC Letmathe	27.06.	Schwerte
13,90	-1,7	Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	30.08.	Hagen
13,92	0,1	Wittenburg, Vanessa	94 ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06.	Hagen
14,02	-0,3	Kleyensteiber, Lisa	94 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
14,04	0,4	Böhmer, Alexandra	94 LG Menden	10.06.	Menden
14,11	-0,3	Schmitt, Kira	94 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
14,20	0,5	Schiprowski, Patricia	94 LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
14,25	0,5	Ruberg, Frederieke	94 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
14,32	0,8	Pinto-Lemos, Vanessa	95 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

300 m

Rekord: 41,9 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2008: 44,45 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

43,18		Wirtz, Andrea	94 TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
45,04		Brockhaus, Chantal	94 LG Schwerte	20.09.	Attendorn
46,94		Kleischmann, Merle	95 LC Letmathe	14.05.	Dortmund
47,65		Rabener, Hanna	95 Startgem. LCL/Nighthawk	30.05.	Gladbeck
50,3		Zur, Jana-Alina	94 LC Letmathe	27.06.	Schwerte
50,74		Hesse, Julia	94 LG Menden	10.06.	Menden
52,40		Wegener, Sofie	95 ASV Iserlohn	03.05.	Menden

800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka LG Iserlohn
BL 2008: 2:24,19 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

2:24,88		Wrede, Marina	96 ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
2:30,39		Paassen, Irene	95 Marathon-Club, Menden	30.08.	Hagen
2:30,57		Stolze, Martha	94 LG Menden	26.06.	Siegburg
2:33,54		Wirtz, Andrea	94 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
2:35,33		Engelmann, Cindy	94 ESV Nighthawks, Iserlohn	07.06.	Hagen
2:35,77		Breer, Marie	96 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
2:36,21		Auer, Jana	97 LG Menden	04.07.	Hilden
2:37,89		Post, Carina	97 LC Letmathe	05.09.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Forts. 800 m

Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka LG Iserlohn
BL 2008: 2:24,19 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

2:37,98	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
2:38,92	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
2:39,5	Gierke, Lioba	94	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2:40,84	Kirschbaum, Carolin	95	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
2:42,45	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
2:43,17	Oldenburg, Inga	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
2:43,33	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	13.09.	Letmathe
2:43,48	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
2:45,12	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:46,30	Wegener, Sofie	95	ASV Iserlohn	08.05.	Menden
2:47,62	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	14.08.	Lippstadt
2:48,05	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe

2000 m

Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV
BL 2008: 6:54,22 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

7:07,09	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	25.04.	Berg.-Gladbach
7:10,55	Stolze, Martha	94	LG Menden	21.06.	Betzdorf
8:02,30	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	25.04.	Berg.-Gladbach
8:06,84	Preuß, Pia	94	Marathon-Club, Menden	25.04.	Berg.-Gladbach
8:09,4	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
8:17,3	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
8:20,75	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	21.05.	Essen
8:29,5	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:03,6	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:09,7	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:18,8	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:19,5	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:29,7	Schroeder, Ronja	97	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
10:12,0	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

5 km

Rekord: 19:26 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn
BL 2008: 19:26 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

19:38	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	06.12.	Hamm
20:29	Paassen, Irene	95	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
21:46	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
21:52	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
21:52	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
22:03	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
22:05	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
22:54	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
23:42	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Forts. 5 km

Rekord: 19:26 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn
BL 2008: 19:26 Wrede, Linda 93 ASV Iserlohn

23:53	Wegener, Sofie	95	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:09	Schroeder, Ronja	97	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
24:10	Ritzmann, Senja	1	ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich
24:11	Post, Carina	97	LC Letmathe	25.10.	Oeventrop
24:13	Spieß, Kristina	96	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
24:34	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
24:52	Martinek, Lorena	0	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
24:58	Reschke, Friederieke	94	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
25:28	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	25.10.	Oeventrop
25:34	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg

80 m Hürden

Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen
BL 2008: 12,29* Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn

12,89	-0,7	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	09.05.	Iserlohn
13,25	0,9	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	30.08.	Hagen
13,55	-0,3	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
13,64	-1	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
13,73	-0,9	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
14,17	-1,5	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
14,38	0	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	10.06.	Menden
14,87	-0,3	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
15,09	-0,3	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
15,23	0	Troschke, Elisa	95	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
16,30	-0,8	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
16,67	-3,1	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden

4 x 100 m

Rekord: 50,31 TV Deilinghofen
BL2008: 51,66 TV Deilinghofen

52,22	TV Deilinghofen	21.06.	Betzdorf
	Rademacher 94, Drost 94, Wirtz 94, Dombrink 94		
52,83	LG Schwerte	21.06.	Betzdorf
	Sobottka 95, Brockhaus 94, Brockhaus 94, Schiprowski 94		
53,21	Startgem. LCL/Nighthawks	21.06.	Betzdorf
	Kleischmann 95, Engelmann 94, Wittenburg 94, Rabener 95		
53,70	LG Menden	30.08.	Hagen
	Dröttboom 95, Heider 96, Weingarten 95, Böhmer 94		
58,39	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
	Jelich 94, Voigt 95, Oldenburg 94, Kleyensteiber 94		

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

3 x 800 m		Rekord: 7:02,6 Letmather TV BL2008: 8:16,39 Startgem. LCL/Nighthawks	
8:12,92	LG Menden Altmann 96, Lange 96, Auer 97	02.05.	Bad Neuenahr
8:27,79	Startgem. LCL/Nighthawks Breer 96, Deutscher 97, Post 97	26.04.	Iserlohn
8:28,45	Marathon-Club, Menden Hamer 98, Legler 98, Leusmann 99	25.09.	Essen
8:31,12	ASV Iserlohn Spies 96, Wegener 95, Wrede 96	26.04.	Iserlohn
8:32,6	LG Schwerte Fischer 96, Kirschbaum 95, Gierke 94	04.09.	Schwerte
8:50,36	Marathon-Club, Menden Kotola-Lopez 97, Isenberg 97, Bründl 97	26.04.	Iserlohn
9:15,6	Marathon-Club, Menden Geuken 99, Isenberg 99, Legler 98	04.09.	Schwerte
9:15,9	ASV Iserlohn Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00	04.09.	Schwerte
9:17,9	LG Schwerte Kron 96, Goebel 97, Jürgens 98	04.09.	Schwerte
9:21,23	ASV Iserlohn Ritzmann 01, Heucks 98, Martinek 00	26.04.	Iserlohn
10:23,6	ESV Nighthawks, Iserlohn Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00	04.09.	Schwerte
10:31,3	LG Schwerte Görtz 98, Bendig 99, Kienitz 99	04.09.	Schwerte
10:50,1	ESV Nighthawks, Iserlohn Horst 98, Bochynek 98, Keienburg 99	04.09.	Schwerte
10:50,4	LG Schwerte Mann 01, Boniface 01, Schulte 01	04.09.	Schwerte
10:59,0	LG Schwerte Müllenbach 99, Sahling 99, Ciaramaria 99	04.09.	Schwerte
11:09,4	LG Schwerte Schaub 00, Stüttgen 00, Rodriguez 01	04.09.	Schwerte
Hochsprung		Rekord: 1,85 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn BL 2008: 1,62 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn	
1,56	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen
1,52	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden
1,52	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen
1,49	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen
1,48	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden
1,48	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen
1,45	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Forts. Hochsprung		Rekord: 1,85 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn BL 2008: 1,62 Dickschat, Britta 93 ASV Iserlohn	
1,41	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen
1,40	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen
1,40	Heider, Kathrin	96	LG Menden
1,38	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen
1,38	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte
1,36	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden
1,35	Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn
1,34	Böhmer, Marina	96	LG Menden
1,34	Auer, Jana	97	LG Menden
1,32	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen
1,32	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen
1,32	Hesse, Julia	94	LG Menden
1,30	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe
1,30	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen
1,30	Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen
1,30	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden
1,30	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe
Weitsprung		Rekord: 5,64* Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2008: 4,68* Noll, Elena 93 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.	
5,07	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen
5,02	1 Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe
5,02	2 Drost, Corina	94	TV Deilinghofen
4,96	1,6 Beres, Sina	94	ASV Iserlohn
4,91	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen
4,79	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen
4,68	0,2 Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte
4,66	0,8 Brockhaus, Laura	94	LG Schwerte
4,61	0,1 Dröttboom, Lisa	95	LG Menden
4,61	0,5 Böhmer, Alexandra	94	LG Menden
4,58	-0,9 Brockhaus, Chantal	94	LG Schwerte
4,52	1,3 Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen
4,47	1,4 Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen
4,46	0,8 Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte
4,44	0 Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen
4,43	0,6 Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen
4,41	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen
4,38	-0,2 Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte
4,27	0,6 Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg
4,25	1,2 Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Dreisprung

Rekord: 11,01 Venghaus, Sandra 80 LG Menden

BL 2008: 9,50* Noll, Elena 93 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

9,56	1	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
Kugelstoß 3,0 kg						
Rekord: 13,78 Venghaus., Claudia 77 LG Menden						
BL 2008: 11,01 Kossmann, Mona 93 TV Deilinghofen						
10,31		Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
9,82		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	06.09.	Hagen
9,68		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
9,39		Droste, Lara	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,99		Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	29.06.	Leverkusen
8,77		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	23.09.	Berlin
8,17		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	13.09.	Letmathe
7,92		Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
7,90		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	25.04.	Fröndenberg
7,75		Haschke, Theresa	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
7,56		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
7,25		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,24		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
7,20		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
7,16		Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,14		Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,12		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
7,09		Rabener, Hanna	95	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,02		Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
7,01		Zur, Jana-Alina	94	LC Letmathe	13.09.	Letmathe

Speerwurf 600 g

Rekord: 35,90 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2008: 26,08 Kossmann, Mona 93 TV Deilinghofen

32,61		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	30.08.	Hagen
29,53		Engelmann, Cindy	94	ESV Nighthawks, Iserlohn	06.09.	Hagen
24,18		Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,96		Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,56		Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
23,08		Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
22,85		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	23.08.	Dortmund
22,01		Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
21,19		Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
20,73		Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	16.05.	Ergste
19,72		Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
19,72		Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
16,79		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
14,64		Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
12,71		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	08.05.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Ballwurf 200 g

Rekord: 56,00 Pieper, Linda 84 LG Menden

BL 2008: 39,00 Diener, Evelyn 93 LC Letmathe/Iserlohn 1994

52,00	Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
41,50	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
39,50	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
39,50	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
39,50	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	23.09.	Berlin
38,50	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
37,50	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
36,50	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
35,00	Ruberg, Frederieke	94	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
33,50	Grundler, Anja	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
33,50	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
32,00	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
29,00	Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
28,50	Pickert, Nela	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
27,50	Grundler, Lara	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
26,50	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
20,50	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
19,00	Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg

Vierkampf

Rekord: 1947 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen

BL 2008: 1652 Küter, Theresa 93 TV Deilinghofen

1868	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
13,61(+0,5)/4,66/1,48/7,24					
1768	Schiprowski, Patricia	94	LG Schwerte	10.05.	Iserlohn
14,20(+0,5)/4,37/1,36/8,43					
1711	Böhmer, Alexandra	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
14,06(+0,5)/4,17(-0,9)/1,48/5,92					
1625	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	10.05.	Iserlohn
14,07(+0,8)/4,08/1,24/7,49					
1583	Pinto-Lemos, Vanessa	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
14,32(+0,8)/3,96(+0,3)/1,28/6,78					
1520	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
15,38(+0,8)/3,93/1,28/7,05					
1495	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
14,96(+0,8)/3,60(+0,1)/1,28/6,80					
1444	Hesse, Julia	94	LG Menden	10.05.	Iserlohn
15,08(+0,5)/3,46/1,32/5,77					
1434	Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
15,11(+0,8)/3,99(-0,8)/1,24/5,37					
1390	Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
15,09(+0,8)/3,77/1,16/6,05					

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Forts. Vierkampf Rekord: 1947 Bodenstein, Carina 91 TV Deilinghofen
BL 2008: 1652 Küter, Theresa 93 TV Deilinghofen

1368	Korte, Joy	95	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	15,67(+0,8)/3,96(+0,3)/1,12/6,42				
1352	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	14,97(+0,8)/3,57/1,12/6,17				
1250	Schoppmann, Isabelle	94	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	17,07(+0,5)/3,49(-0,5)/1,12/6,83				
1165	Hobe, Angela	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	16,18(+0,8)/3,35/1,12/4,64				

Vierkampf Mannschaft Rekord: 8757 TV Deilinghofen
BL2008:

7051	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	Schulte 1520, Langenhorst 1495, Esken 1434 Kleemann 1352, Schoppmann 1250		

Siebenkampf Rekord: 3724 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2008: 3312 Kossmann, Mona 93 TV Deilinghofen

3198	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	13,54(-0,3)/1,40/7,56/13,88(-0,6) // 4,59/22,87/2:38,92				
3183	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	09./10.05	Iserlohn
	12,89(-0,7)/1,44/7,37/13,92(-0,7) // 4,40(-0,4)/23,67/2:50,49				
3174	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	14,19(-0,8)/1,52/7,02/14,11(-0,3) // 4,66/19,87/2:37,98				
3093	Wirtz, Andrea	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	13,55(-0,3)/1,24/6,97/13,93(-0,3) // 4,76/21,19/2:33,54				
3068	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	15,09(-0,3)/1,32/10,31/14,02(-0,3) // 4,41/21,34/2:54,54				
2921	Dombrink, Rina	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	14,87(-0,3)/1,40/7,88/14,00(-0,6) // 4,05(+1,9)/19,72/3:07,71				
2762	Dierkes, Wiebke	94	TV Deilinghofen	09./10.05	Iserlohn
	16,30(-0,8)/1,32/8,15/16,02(-0,6) // 3,89(+0,7)/19,72/2:43,48				

Siebenkampf Mannschaft Rekord: 9998 TV Deilinghofen
BL2008: 9713 TV Deilinghofen

9465	TV Deilinghofen	10./11.05	Iserlohn
	Rademacher 3198, Schmitt 3174, Wirtz 3093		
8751	TV Deilinghofen	10./11.05	Iserlohn
	Kleyensteiber 3068, Dombrink 2921, Dierkes 2762		

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W15

Blockwettkampf Sprint Rekord: 2451 Drost, Corina 94 TV Deilinghofen
BL 2008:

2451	Drost, Corina	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	13,17(-0,1)/13,73(-0,9)/5,02(+2,0)/1,40/22,01				
2445	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.05.	Ahaus
	13,73(+2,2)/13,35(-0,3)/4,42(-1,2)/1,46/26,83				
2416	Schmitt, Kira	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,17(-0,7)/13,64(-1,0)/4,84(+1,3)/1,48/23,08				
2401	Rademacher, Nele Ulrike	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,01(-2,5)/13,43(-1,0)/4,66(+0,5)/1,44/23,56				
2236	Jelich, Alexandra	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,47(+0,2)/14,29(-0,9)/4,09(+1,0)/1,40/24,18				
2164	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	04.07.	Hilden
	13,96(+4,1)/14,42(+0,4)/4,10(-2,4)/1,29/20,77				
1770	Kleyensteiber, Lisa	94	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	14,07(-0,7)/15,28(-1,7)/4,07(+1,1)/o.g.V./23,96				

Blockwettkampf Mannschaft Rekord: 11274 TV Deilinghofen
BL2008:

11274	TV Deilinghofen	27.06.	Lüdinghausen
	Drost 2451, Schmitt 2416, Rademacher 2401 Jelich 2236, Kleyensteiber 1770		
9897	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Schilke 2154, Ratzke 2080, Kardo 2062 Koziol 1818, Müsse 1783		
9813	LG Menden	03.10.	Menden
	Altmann 2283, Heider 2221, Auer 2038 Wenzlok 1872, Pape 1399		
5451	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Grendel 1308, Schmoll 1101, Hilbert 1058 Schreiber 1024, Dragan 960		

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W14

100 m	Rekord: 12,47 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen			
	BL 2008: 13,32* Wittenburg, Vanessa 94 ESV Nighthawks, Iserl.			
13,4	0,5	Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	11.07. Schalksmühle
13,65	-1,7	Heider, Kathrin	96 LG Menden	30.08. Hagen
13,74	0	Rabener, Hanna	95 LC Letmathe	07.06. Hagen
13,74		Sobottka, Louisa	95 LG Schwerte	11.06. Iserlohn
13,6	0,8	Kleischmann, Merle	95 LC Letmathe	27.06. Schwerte
13,90	-1,7	Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	30.08. Hagen
14,32	0,8	Pinto-Lemos, Vanessa	95 TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
14,36	1,7	Burghardt, Tatjana	95 LG Schwerte	13.09. Letmathe
14,38	0	Altmann, Ann Kathrin	96 LG Menden	14.08. Lippstadt
14,3		Langenhorst, Ann-Christin	95 VfL Fröndenberg	19.09. Fröndenberg
14,56	1,7	Klahold, Stella	95 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09. Letmathe
14,57	0	Böhmer, Marina	96 LG Menden	10.06. Menden
14,67		Steinwender, Clarissa	95 LG Schwerte	11.06. Iserlohn
14,97	0,8	Kleemann, Lisa	95 VfL Fröndenberg	10.05. Iserlohn
15,09	0,8	Volgmann, Kira	95 TV Deilinghofen	10.05. Iserlohn
15,11	0,8	Esken, Laura	95 VfL Fröndenberg	10.05. Iserlohn
15,37	0,9	Grundler, Lara	95 TV Deilinghofen	12.09. Hemer
15,38	0,8	Schulte, Frederika	95 VfL Fröndenberg	10.05. Iserlohn
15,42	0,5	Pickert, Nela	95 TV Deilinghofen	12.09. Hemer
15,67	0,8	Korte, Joy	95 TuS 1846 Iserlohn	10.05. Iserlohn

800 m
Rekord: 2:13,1 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV
BL 2008: 2:27,85 Engelmann, Cindy 94 ESV Nighthawks, Iserl.

2:24,88		Wrede, Marina	96 ASV Iserlohn	20.09. Attendorn
2:30,39		Paassen, Irene	95 Marathon-Club, Menden	30.08. Hagen
2:35,77		Breer, Marie	96 LC Letmathe	13.09. Letmathe
2:36,21		Auer, Jana	97 LG Menden	04.07. Hilden
2:37,89		Post, Carina	97 LC Letmathe	05.09. Menden
2:40,84		Kirschbaum, Carolin	95 LG Schwerte	11.06. Iserlohn
2:42,45		Koziol, Jessica	96 TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
2:43,33		Altmann, Ann Kathrin	96 LG Menden	13.09. Letmathe
2:45,12		Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe
2:46,30		Wegener, Sofie	95 ASV Iserlohn	08.05. Menden
2:47,62		Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	14.08. Lippstadt
2:48,05		Leusmann, Elisa	99 Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe
2:48,33		Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	14.05. Dortmund
2:48,75		Hamer, Leonie	98 Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe
2:48,97		Olbrich, Laura	98 TV Deilinghofen	13.09. Letmathe
2:50,02		Fischer, Vanessa	96 LG Schwerte	13.09. Letmathe
2:50,33		Sellin, Joyce	98 LC Letmathe	13.09. Letmathe
2:50,49		Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	10.05. Iserlohn
2:50,77		Lange, Glenda	97 LG Menden	03.10. Menden
2:51,33		Frank, Amanda	98 Marathon-Club, Menden	13.09. Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W14

2000 m
Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV
BL 2008: 7:37,69 Stolze, Martha 94 LG Menden

7:07,09		Wrede, Marina	96 ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
8:02,30		Paassen, Irene	95 Marathon-Club, Menden	25.04. Berg.-Gladbach
8:09,4		Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
8:17,3		Kotola-Lopez, Melina	97 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
8:20,75		Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	21.05. Essen
8:29,5		Isenberg, Jule	99 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:03,6		Legler, Lea	98 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:09,7		Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:18,8		Hruby, Lisa	99 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:19,5		Kotola-Lopez, Sofia	99 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:29,7		Schroeder, Ronja	97 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
10:12,0		Isenberg, Fabienne	99 Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde

5 km
Rekord: 19:31 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn
BL 2008: 23:31 Preuss, Pia 94 Marathon-Club, Menden

19:38		Wrede, Marina	96 ASV Iserlohn	06.12. Hamm
20:29		Paassen, Irene	95 Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
21:46		Leusmann, Elisa	99 Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
21:52		Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	10.10. Coesfeld
21:52		Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
22:03		Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
22:05		Kotola-Lopez, Melina	97 Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
22:54		Isenberg, Jule	99 Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
23:42		Frank, Amanda	98 Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
23:53		Wegener, Sofie	95 ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
24:09		Schroeder, Ronja	97 Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
24:10		Ritzmann, Senja	1 ASV Iserlohn	27.09. Bertlich
24:11		Post, Carina	97 LC Letmathe	25.10. Oeventrop
24:13		Spieß, Kristina	96 ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
24:30		Danzeglocke, Lea	98 VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
24:34		Legler, Lea	98 Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
24:52		Martinek, Lorena	0 ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
25:28		Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	25.10. Oeventrop
25:34		Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
25:41		Reinartz, Mia	96 VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg

80 m Hürden
Rekord: 11,84 Severin, Eva 76 SC 1912 Hennen
BL 2008: 13,22 Wirtz, Andrea 94 TV Deilinghofen

12,89	-0,7	Dröttboom, Lisa	95 LG Menden	09.05. Iserlohn
14,38	0	Weingarten, Kathrin	95 LG Menden	10.06. Menden
15,23	0	Troschke, Elisa	95 TV Deilinghofen	21.06. Menden
16,67	-3,1	Kleemann, Lisa	95 VfL Fröndenberg	03.10. Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W14

Hochsprung

Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2008: 1,56 Schmitt, Kira 94 TV Deilinghofen

1,52		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	26.04.	Iserlohn
1,41		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40		Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38		Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,38		Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
1,36		Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,35		Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
1,34		Böhmer, Marina	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,34		Auer, Jana	97	LG Menden	21.06.	Menden
1,30		Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
1,30		Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30		Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,30		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	13.09.	Letmathe
1,30		Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,28		Pinto-Lemos, Vanessa	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,28		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
1,28		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
1,28		Wenzlok, Kira	97	LG Menden	03.10.	Menden
1,26		Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
1,26		Kornobis, Julia	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,26		Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,26		Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Weitsprung

Rekord: 5,38 Guntrum, Roswitha Letmather TV

BL 2008: 5,20 Beres, Sina 94 LG Iserlohn

5,02	1	Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,68	0,2	Sobottka, Louisa	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,61	0,1	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	21.06.	Menden
4,46	0,8	Burghardt, Tatjana	95	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4,44	0	Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
4,27	0,6	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
4,20	0,1	Klahold, Stella	95	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
4,19	1,6	Droste, Lara	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,18	1,4	Steinwender, Clarissa	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,10	-2,4	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	04.07.	Hilden
4,03		Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,98	1,1	Korte, Joy	95	TuS 1846 Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,96	0,3	Pinto-Lemos, Vanessa	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
3,94	0,1	Troschke, Elisa	95	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
3,93		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
3,87	1,1	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
3,77		Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
3,57	1,1	Pickert, Nela	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,41	-0,7	Grundler, Lara	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,35		Hobe, Angela	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W14

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 13,78 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden

BL 2008: 9,64 Kleyensteiber, Lisa 94 TV Deilinghofen

9,39		Droste, Lara	95	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,17		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	13.09.	Letmathe
7,90		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	25.04.	Fröndenberg
7,25		Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,20		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
7,16		Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,14		Kleischmann, Merle	95	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
7,12		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
7,09		Rabener, Hanna	95	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
6,93		Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,78		Pinto-Lemos, Vanessa	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
6,67		Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,58		Kornobis, Julia	96	LG Menden	25.04.	Fröndenberg
6,42		Korte, Joy	95	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
6,42		Kron, Dominique	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
6,39		Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
6,17		Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
6,05		Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
6,01		Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
5,75		Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe

Speerwurf 600 g

Rekord: 35,90 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2008: 27,72 Rademacher, Nele 94 TV Deilinghofen

32,61		Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	30.08.	Hagen
22,85		Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	23.08.	Dortmund
16,79		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	25.04.	Fröndenberg
12,71		Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	08.05.	Menden

Ballwurf 200 g

Rekord: 55,00 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2008: 42,50 Haschke, Theresa 94 ESV Nighthawks, Iserlohn

52,00		Köck, Luisa	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
41,50		Voigt, Vivien	95	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
28,50		Pickert, Nela	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
27,50		Grundler, Lara	95	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
26,50		Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
20,50		Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
19,00		Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W14

Vierkampf		Rekord: 1811 Wagner, Anke 94 VfL Fröndenberg BL 2008: 1811 Wagner, Anke 94 VfL Fröndenberg			
1625	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	14,07(+0,8)/4,08/1,24/7,49				
1583	Pinto-Lemos, Vanessa	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	14,32(+0,8)/3,96(+0,3)/1,28/6,78				
1520	Schulte, Frederika	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	15,38(+0,8)/3,93/1,28/7,05				
1495	Langenhorst, Ann-Christin	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	14,96(+0,8)/3,60(+0,1)/1,28/6,80				
1434	Esken, Laura	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	15,11(+0,8)/3,99(-0,8)/1,24/5,37				
1390	Volgmann, Kira	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	15,09(+0,8)/3,77/1,16/6,05				
1368	Korte, Joy	95	TuS 1846 Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	15,67(+0,8)/3,96(+0,3)/1,12/6,42				
1352	Kleemann, Lisa	95	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	14,97(+0,8)/3,57/1,12/6,17				
1165	Hobe, Angela	95	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	16,18(+0,8)/3,35/1,12/4,64				
Siebenkampf		Rekord: 3628 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2008: 3234 Schmitten, Kira 94 TV Deilinghofen			
3183	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	09./10.05.	Iserlohn
	12,89(-0,7)/1,44/7,37/13,92(-0,7) // 4,40(-0,4)/23,67/2:50,49				
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2448 Spieker, Katharina 88 TV Deilinghofen BL 2008:			
2445	Dröttboom, Lisa	95	LG Menden	03.05.	Ahaus
	13,73(+2,2)/13,35(-0,3)/4,42(-1,2)/1,46/26,83				
2164	Weingarten, Kathrin	95	LG Menden	04.07.	Hilden
	13,96(+4,1)/14,42(+0,4)/4,10(-2,4)/1,29/20,77				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

75 m		Rekord: 10,00 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2008: 10,45 Kleischmann, Merle 95 LC Letmathe/Iserlohn			
10,24	Heider, Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Hilden
10,68	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Hilden
10,5	Post, Carina	97	LC Letmathe	27.06.	Schwerte
10,83	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
10,93	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
10,94	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
10,99	0 Auer, Jana	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
11,03	Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
10,8	Kron, Dominique	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,07	0 Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,08	0 Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	21.06.	Menden
11,14	0 Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,14	Böhmer, Marina	96	LG Menden	21.06.	Menden
11,0	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
11,36	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,47	Reich, Franziska	97	Startgem. LCL/Nighthawk	07.06.	Hagen
11,50	Schein, Kerstin	96	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
11,52	Odenhausen, Lea	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
11,3	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
11,61	Pinto-Lemos, Vivien	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
11,61	-1,1 Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	21.06.	Menden
800 m		Rekord: 2:13,90 Landsiedel, Ilka 19 Letmather TV BL 2008: 2:35,20 Paassen, Irene 95 Marathon-Club, Menden			
2:24,88	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	20.09.	Attendorn
2:35,77	Breer, Marie	96	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
2:36,21	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Hilden
2:37,89	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09.	Menden
2:42,45	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
2:43,33	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	13.09.	Letmathe
2:45,12	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:47,62	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	14.08.	Lippstadt
2:48,05	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:48,33	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:48,75	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:48,97	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
2:50,02	Fischer, Vanessa	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
2:50,33	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
2:50,77	Lange, Glenda	97	LG Menden	03.10.	Menden
2:51,33	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:51,62	Reich, Franziska	97	Startgem. LCL/Nighthawk	07.06.	Hagen
2:51,5	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2:51,90	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	21.05.	Essen
2:53,06	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

2000 m				
Rekord: 6:48,43 Finkhaus, Kirsten Letmather TV				
BL 2008: 7:56,6 Paassen, Irene 95 Marathon-Club, Menden				
7:07,09	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	25.04. Berg.-Gladbach
8:09,4	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
8:17,3	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
8:20,75	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	21.05. Essen
8:29,5	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:03,6	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:09,7	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:18,8	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:19,5	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
9:29,7	Schroeder, Ronja	97	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
10:12,0	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	28.03. Oelde
5 km				
Rekord: 19:24 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn				
BL 2008: 22:48 Wegener, Sofie 95 ASV Iserlohn				
19:38	Wrede, Marina	96	ASV Iserlohn	06.12. Hamm
21:46	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
21:52	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	10.10. Coesfeld
21:52	Bründl, Celina	97	Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
22:03	Isenberg, Celine	97	Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
22:05	Kotola-Lopez, Melina	97	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
22:54	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	26.06. Fröndenberg
23:42	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
24:09	Schroeder, Ronja	97	Marathon-Club, Menden	14.02. Fröndenberg
24:10	Ritzmann, Senja	1	ASV Iserlohn	27.09. Bertlich
24:11	Post, Carina	97	LC Letmathe	25.10. Oeventrop
24:13	Spieß, Kristina	96	ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
24:30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	14.02. Fröndenberg
24:34	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
24:52	Martinek, Lorena	0	ASV Iserlohn	23.08. Iserlohn
25:28	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	25.10. Oeventrop
25:34	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
25:41	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	26.06. Fröndenberg
26:05	Isenberg, Neele	98	Marathon-Club, Menden	06.12. Hamm
26:38	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	10.10. Coesfeld

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

60 m Hürden				
Rekord: 9,80 Dohle, Kristina 92 LG Menden				
BL 2008: 10,55 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden				
10,81	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.08. Dortmund
10,87	Böhmer, Marina	96	LG Menden	05.09. Menden
11,09	Heider, Kathrin	96	LG Menden	04.07. Hilden
11,20	Post, Carina	97	LC Letmathe	05.09. Menden
11,56	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	05.09. Menden
11,67	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
11,87	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06. Menden
12,03	Auer, Jana	97	LG Menden	03.10. Menden
12,45	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07. Hilden
12,74	Wenzlok, Kira	97	LG Menden	03.10. Menden
13,37	Müsse, Nina	97	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
13,78	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
14,46	Pape, Eileen	97	LG Menden	03.10. Menden
16,39	Schmoll, Lina	97	TV Deilinghofen	12.09. Hemer
4 x 75 m				
Rekord: 40,02 LG Schwerte				
BL2008: 41,25 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.				
41,29	LG Menden			05.09. Menden
42,68	Böhmer 96, Heider 96, Altmann 96, Auer 97			
42,68	Startgem. LCL/Nighthawks			26.04. Iserlohn
43,52	Püschel 96, Reich 97, Breer 96, Post 97			
43,52	TV Deilinghofen			05.09. Menden
44,82	Dierkes 96, Schwarze 96, Ratzke 97, Kardo 97			
44,82	TV Deilinghofen			05.09. Menden
47,6	Koziol 96, Odenhausen 97, Dragan 97, Lorentz 97			
47,6	LG Schwerte			04.09. Schwerte
47,6	Heucks 97, Kron 96, Goebel 97, Jürgens 98			
3 x 800 m				
Rekord: 7:50,65 ASV Iserlohn				
BL2008: 9:58,0 LG Schwerte				
8:12,92	LG Menden			02.05. Bad Neuenahr
8:12,92	Altmann 96, Lange 96, Auer 97			
8:27,79	Startgem. LCL/Nighthawks			26.04. Iserlohn
8:27,79	Breer 96, Deutscher 97, Post 97			
8:28,45	Marathon-Club, Menden			25.09. Essen
8:28,45	Hamer 98, Legler 98, Leusmann 99			
8:50,36	Marathon-Club, Menden			26.04. Iserlohn
8:50,36	Kotola-Lopez 97, Isenberg 97, Bründl 97			
9:15,6	Marathon-Club, Menden			04.09. Schwerte
9:15,6	Geuken 99, Isenberg 99, Legler 98			
9:15,9	ASV Iserlohn			04.09. Schwerte
9:15,9	Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00			

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Forts. 3 x 800 m

Rekord: 7:50,65 ASV Iserlohn

BL2008: 9:58,0 LG Schwerte

9:17,9	LG Schwerte	04.09.	Schwerte
	Kron 96, Goebel 97, Jürgens 98		
9:21,23	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
	Ritzmann 01, Heucks 98, Martinek 00		
10:23,6	ESV Nighthawks, Iserlohn	04.09.	Schwerte
	Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00		
10:31,3	LG Schwerte	04.09.	Schwerte
	Görtz 98, Bendig 99, Kienitz 99		
10:50,1	ESV Nighthawks, Iserlohn	04.09.	Schwerte
	Horst 98, Bochynek 98, Keienburg 99		
10:50,4	LG Schwerte	04.09.	Schwerte
	Mann 01, Boniface 01, Schulte 01		
10:59,0	LG Schwerte	04.09.	Schwerte
	Müllenbach 99, Sahling 99, Ciaramaria 99		
11:09,4	LG Schwerte	04.09.	Schwerte
	Schaub 00, Stüttgen 00, Rodriguez 01		

Hochsprung

Rekord: 1,78 Serk, Sabine 61 TuS Iserlohn

BL 2008: 1,46 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

1,41	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,40	Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,38	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,36	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
1,34	Böhmer, Marina	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,34	Auer, Jana	97	LG Menden	21.06.	Menden
1,30	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
1,30	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,30	Lorentz, Laura	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,30	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,28	Wenzlokot, Kira	97	LG Menden	03.10.	Menden
1,26	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenber	10.05.	Iserlohn
1,26	Kornobis, Julia	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
1,26	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenber	14.06.	Werl
1,26	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,25	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,25	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,22	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,20	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	07.06.	Hagen

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Weitsprung

Rekord: 5,45 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008: 4,92 Kleischmann, Merle 95 LC Letmathe/Iserlohn

4,62	Heider, Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Hilden
4,55	Post, Carina	97	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,55	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenber	03.10.	Menden
4,50	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	23.08.	Dortmund
4,38	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
4,38	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Hilden
4,30	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,28	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	07.06.	Hagen
4,26	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
4,26	Kron, Dominique	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,20	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
4,18	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,16	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
4,10	Schein, Kerstin	96	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
4,08	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,08	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenber	21.06.	Menden
4,07	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
4,06	Wenzlokot, Kira	97	LG Menden	05.09.	Menden
4,06	Grendel, Yotsawadi	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
4,06	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Kugelstoß 3,0 kg

Rekord: 12,71 Venghaus,, Claudia 77 LG Menden

BL 2008: 9,12 Droste, Lara 95 LG Schwerte

7,25	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,16	Vieler, Ellen	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
6,93	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,67	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,58	Kornobis, Julia	96	LG Menden	25.04.	Fröndenber
6,42	Kron, Dominique	96	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
6,39	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenber	03.10.	Menden
6,01	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
5,75	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
5,42	Bremer, Hannah	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
5,40	Niebuhr, Katrin	97	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
5,39	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	13.09.	Letmathe
5,31	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenber	13.09.	Letmathe
5,10	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,98	Olbrich, Mailine	97	VfL Fröndenber	13.09.	Letmathe
4,79	Lange, Glenda	97	LG Menden	13.09.	Letmathe
3,59	Meisel, Frederika	97	VfL Fröndenber	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Speerwurf 400 g

Rekord: 36,59 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2008:

20,93	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	06.09.	Hagen
18,82	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	21.06.	Menden
15,63	Kornobis, Julia	96	LG Menden	21.06.	Menden
15,15	Heucks, Franziska	96	ASV Iserlohn	07.06.	Hagen
11,72	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	21.06.	Menden

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,50 Pieper, Linda 84 LG Menden
BL 2008: 47,50 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

41,00	Grendel, Yotsawadi	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
40,00	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	05.09.	Menden
38,50	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	11.06.	Iserlohn
38,00	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
37,50	Schwarze, Rebekka	96	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
37,00	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	04.07.	Hilden
36,50	Turck, Carolin	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
36,50	Kornobis, Julia	96	LG Menden	11.06.	Iserlohn
36,50	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
35,50	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	05.09.	Menden
35,00	Fischer, Madeleine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
34,50	Wenzlok, Kira	97	LG Menden	05.09.	Menden
34,50	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
34,00	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
32,50	Petri, Katharina	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
32,00	Broll, Leonie	96	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
32,00	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
31,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
31,50	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Hilden
31,50	Müsse, Nina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Dreikampf

Rekord: 2370 Schmitt, Kira 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 1292 Schulte, Frederika 95 VfL Fröndenberg

1256	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	10,7/4,17/27,50				
1200	Reinartz, Mia	96	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,6/3,80/34,00				
1137	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,3/3,55/28,50				
1132	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,4/3,70/27,00				
949	Olbrich, Mailine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,8/3,38/18,00				
689	Meisel, Frederika	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	14,1/2,74/16,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Dreikampf Mannschaft

Rekord: 6899 LG Schwerte
BL2008: 5664 VfL Fröndenberg

5674	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	Kittel 1256, Reinartz 1200, Olbrich 1137 Schalkowski 1132, Olbrich 949		

Vierkampf

Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
BL 2008: 1850 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden

1673	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,14(0,0)/4,36/1,30/30,50				
1672	Auer, Jana	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	10,99(0,0)/4,23/1,30/30,50				
1644	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,14/4,25/1,26/31,50				
1619	Dierkes, Nora	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,36/4,07/1,30/30,50				
1567	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,04(0,0)/4,04/1,30/23,50				
1566	Kornobis, Julia	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	12,15/3,97/1,26/35,50				
1553	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	11,28(0,0)/4,38/1,26/23,00				
1552	Böhmer, Marina	96	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	11,19/3,77/1,34/24,00				
1534	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,07(0,0)/3,95/1,14/31,50				
1502	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	11,90(0,0)/4,06/1,30/24,00				
1480	Turck, Carolin	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,92(0,0)/3,70/1,14/36,50				
1461	Fischer, Madeleine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,19(0,0)/3,83/1,14/35,00				
1430	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,24(0,0)/3,40/1,14/38,00				
1392	Spies, Kristina	96	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	11,99/3,95/1,14/25,50				
1386	Pinto-Lemos, Vivien	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,61/3,83/1,14/23,50				
1344	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	11,98(0,0)/4,05/1,14/20,50				
1344	Schreiber, Nina	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,00/3,75/1,14/23,50				
1281	Kassim, Lisa	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,36(0,0)/3,57/1,14/22,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Forts. Vierkampf		Rekord: 2019 Sommer, Dana 91 LG Schwerte BL 2008: 1850 Dröttboom, Lisa 95 LG Menden			
1269	Hoffmann, Jana	96	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,46/3,31/1,10/27,50				
1259	Herr, Helena	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	12,49(0,0)/3,41/1,10/25,50				
Vierkampf Mannschaft		Rekord: 8832 LG Schwerte BL2008: 7552 LG Menden			
7873	TV Deilinghofen			10.05.	Iserlohn
	Schilke 1673, Dierkes 1619, Kardo 1567 Ratzke 1534, Turck 1480				
7591	LG Menden			10.05.	Iserlohn
	Auer 1672, Altmann 1644, Kornobis 1566 Böhmer 1552, Pape 1157				
6902	TV Deilinghofen			10.05.	Iserlohn
	Fischer 1461, Hein 1430, Pinto-Lemos 1386 Schreiber 1344, Kassim 1281				
6015	VfL Fröndenberg			10.05.	Iserlohn
	Kittel 1553, Schalkowski 1254, Olbrich 1149 Olbrich 1118, Meisel 941				
Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2654 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2008: 2190 Voigt, Vivien 95 TV Deilinghofen			
2283	Altmann, Ann Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
	10,96/11,02/4,39/1,36/37,00				
2221	Heider, Kathrin	96	LG Menden	03.10.	Menden
	10,50/11,13/4,59/1,40/23,00				
2154	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,25/12,15/4,29/1,34/36,50				
2080	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,16/11,68/4,17/1,22/34,50				
2062	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	10,99/11,67/3,77/1,38/26,00				
2038	Auer, Jana	97	LG Menden	03.10.	Menden
	11,29/12,03/4,16/1,28/30,00				
1944	Kornobis, Julia	96	LG Menden	04.07.	Hilden
	12,24/12,45/4,03/1,24/35,00				
1872	Wenzlok, Kira	97	LG Menden	03.10.	Menden
	11,80/12,74/3,88/1,28/25,50				
1818	Koziol, Jessica	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,23/13,78/3,65/1,22/27,00				
1783	Müsse, Nina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,04/13,37/4,04/1,10/31,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W13

Forts. Blockwettkampf Sprint		Rekord: 2654 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen BL 2008: 2190 Voigt, Vivien 95 TV Deilinghofen			
1399	Pape, Eileen	97	LG Menden	03.10.	Menden
	13,10/14,46/3,45/1,08/17,00				
1308	Grendel, Yotsawadi	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,71/aufg./4,06/o.g.V./41,00				
1101	Schmoll, Lina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	13,09/16,39/2,76/0,98/13,00				
1058	Hilbert, Maxi	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,30/aufg./3,85/o.g.V./23,50				
1024	Schreiber, Nina	96	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,27/aufg./3,56/o.g.V./23,50				
960	Dragan, Alice	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,32/aufg./3,34/o.g.V./21,00				
Blockwettkampf Mannschaft		Rekord: 11325 LG Schwerte BL2008:			
9897	TV Deilinghofen			12.09.	Hemer
	Schilke 2154, Ratzke 2080, Kardo 2062 Koziol 1818, Müsse 1783				
9813	LG Menden			03.10.	Menden
	Altmann 2283, Heider 2221, Auer 2038 Wenzlok 1872, Pape 1399				
5451	TV Deilinghofen			12.09.	Hemer
	Grendel 1308, Schmoll 1101, Hilbert 1058 Schreiber 1024, Dragan 960				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

75 m			Rekord: 10,35 Yildirim, Dilara 93 LG Iserlohn		
			BL 2008: 10,68* Esser, Miriam 96 LC Letmathe/Iserlohn 1994		
10,5	Post, Carina	97 LC Letmathe	27.06.	Schwerte	
10,83	Kardo, Derja	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden	
10,93	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
10,99	0 Auer, Jana	97 LG Menden	10.05.	Iserlohn	
11,07	0 Ratzke, Saskia	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn	
11,08	0 Göcking, Lorena	97 LC Letmathe	21.06.	Menden	
11,14	0 Schilke, Nadine	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn	
11,47	Reich, Franziska	97 Startgem. LCL/Nighthawk	07.06.	Hagen	
11,52	Odenhausen, Lea	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden	
11,3	Olbrich, Celine	97 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
11,61	-1,1 Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	21.06.	Menden	
11,63	Goebel, Jana	97 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
11,4	Schalkowski, Maike	97 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
11,80	Wenzlokot, Kira	97 LG Menden	03.10.	Menden	
11,90	0 Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	10.05.	Iserlohn	
11,92	0 Turck, Carolin	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn	
11,7	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	27.06.	Schwerte	
12,04	Müsse, Nina	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
11,8	Olbrich, Mailine	97 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
12,15	Serafini, Lara	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe	
800 m			Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn		
			BL 2008: 2:25,63 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn		
2:36,21	Auer, Jana	97 LG Menden	04.07.	Hilden	
2:37,89	Post, Carina	97 LC Letmathe	05.09.	Menden	
2:45,12	Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe	
2:47,62	Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	14.08.	Lippstadt	
2:48,05	Leusmann, Elisa	99 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe	
2:48,33	Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund	
2:48,75	Hamer, Leonie	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe	
2:48,97	Olbrich, Laura	98 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe	
2:50,33	Sellin, Joyce	98 LC Letmathe	13.09.	Letmathe	
2:50,77	Lange, Glenda	97 LG Menden	03.10.	Menden	
2:51,33	Frank, Amanda	98 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe	
2:51,62	Reich, Franziska	97 Startgem. LCL/Nighthawk	07.06.	Hagen	
2:51,5	Jürgens, Michelle	98 LG Schwerte	27.06.	Schwerte	
2:51,90	Kotola-Lopez, Melina	97 Marathon-Club, Menden	21.05.	Essen	
2:53,06	Isenberg, Jule	99 Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe	
2:53,23	Martinek, Lorena	0 ASV Iserlohn	21.06.	Menden	
2:54,93	Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	08.05.	Menden	
2:55,68	Küpper, Lisa	0 ASV Iserlohn	02.07.	Dortmund	
2:58,74	Hilberg, Nina	99 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe	
2:59,20	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

2000 m			Rekord: 6:55,72 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn		
			BL 2008: 6:55,72 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn		
8:09,4	Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
8:17,3	Kotola-Lopez, Melina	97 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
8:20,75	Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	21.05.	Essen	
8:29,5	Isenberg, Jule	99 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
9:03,6	Legler, Lea	98 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
9:09,7	Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
9:18,8	Hruby, Lisa	99 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
9:19,5	Kotola-Lopez, Sofia	99 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
9:29,7	Schroeder, Ronja	97 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
10:12,0	Isenberg, Fabienne	99 Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde	
5 km			Rekord: 19:53 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn		
			BL 2008: 19:45 Wrede, Marina 96 ASV Iserlohn		
21:46	Leusmann, Elisa	99 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg	
21:52	Legler, Laura	98 Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld	
21:52	Bründl, Celina	97 Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm	
22:03	Isenberg, Celine	97 Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm	
22:05	Kotola-Lopez, Melina	97 Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg	
22:54	Isenberg, Jule	99 Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg	
23:42	Frank, Amanda	98 Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm	
24:09	Schroeder, Ronja	97 Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg	
24:10	Ritzmann, Senja	1 ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich	
24:11	Post, Carina	97 LC Letmathe	25.10.	Oeventrop	
24:30	Danzeglocke, Lea	98 VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg	
24:34	Legler, Lea	98 Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm	
24:52	Martinek, Lorena	0 ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn	
25:28	Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	25.10.	Oeventrop	
25:34	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg	
26:05	Isenberg, Neele	98 Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm	
26:38	Isenberg, Fabienne	99 Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld	
27:04	Hamer, Leonie	98 Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld	
28:09	Hoffmann, Johanna	99 VfL Fröndenberg	11.10.	Lünern	
28:15	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	23.08.	Iserlohn	
60 m Hürden			Rekord: 9,9 Prünte, Sabine TuS Lendringsen		
			BL 2008: 12,09 Altmann, Ann-Katrin 96 LG Menden		
11,20	Post, Carina	97 LC Letmathe	05.09.	Menden	
11,56	Ratzke, Saskia	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden	
11,67	Kardo, Derja	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
11,87	Schilke, Nadine	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden	
12,03	Auer, Jana	97 LG Menden	03.10.	Menden	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

Fortsetzung 60 m Hürden Rekord: 9,9 Prünte, Sabine TuS Lendringsen
 BL 2008: 12,09 Altmann, Ann-Katrin 96 LG Menden

12,74	Wenzlokot, Kira	97 LG Menden	03.10.	Menden
13,37	Müsse, Nina	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
14,46	Pape, Eileen	97 LG Menden	03.10.	Menden
16,39	Schmoll, Lina	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer

Hochsprung Rekord: 1,56 Freisen, Jutta 82 LG Menden
 BL 2008: 1,35 Tillmann, Pia 96 LG Menden

1,41	Schilke, Nadine	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
1,38	Kardo, Derja	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
1,34	Auer, Jana	97 LG Menden	21.06.	Menden
1,30	Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
1,30	Lorentz, Laura	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden
1,30	Göcking, Lorena	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
1,28	Wenzlokot, Kira	97 LG Menden	03.10.	Menden
1,26	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
1,26	Danzeglocke, Lea	98 VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,26	Olbrich, Laura	98 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,25	Ratzke, Saskia	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,25	Hein, Felina	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Hilberg, Nina	99 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,20	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	07.06.	Hagen
1,15	Horst, Eva	98 ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
1,15	Keienburg, Pia	99 ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
1,14	Turck, Carolin	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,14	Fischer, Madeleine	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,14	Kassim, Lisa	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,14	Dragan, Alice	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
1,14	Pape, Eileen	97 LG Menden	05.09.	Menden

Weitsprung Rekord: 3,32 Menke II, Lisa 95 LG Schwerte
 BL 2008: 4,56 Tillmann, Pia 96 LG Menden

4,55	Post, Carina	97 LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,55	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
4,38	Schilke, Nadine	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
4,38	Auer, Jana	97 LG Menden	04.07.	Hilden
4,30	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	26.04.	Iserlohn
4,28	Göcking, Lorena	97 LC Letmathe	07.06.	Hagen
4,26	Olbrich, Laura	98 TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
4,20	Ratzke, Saskia	97 TV Deilinghofen	05.09.	Menden
4,18	Franz, Charlotte	98 LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,16	Franz, Charlotte	98 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
4,08	Deutscher, Sarah	97 LC Letmathe	26.04.	Iserlohn

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

Forts. Weitsprung Rekord: 3,32 Menke II, Lisa 95 LG Schwerte
 BL 2008: 4,56 Tillmann, Pia 96 LG Menden

4,08	Kleemann, Maike	98 VfL Fröndenberg	21.06.	Menden
4,06	Wenzlokot, Kira	97 LG Menden	05.09.	Menden
4,06	Hilberg, Nina	99 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
4,05	Kardo, Derja	97 TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
4,04	Müsse, Nina	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,95	Mann, Elena	99 LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
3,90	Odenhausen, Lea	97 TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
3,85	Hilbert, Maxi	97 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,83	Fischer, Madeleine	97 TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn

Kugelstoß 3,0 kg Rekord: 9,99 Freisen, Jutta 82 LG Menden
 BL 2008: 6,72 Püschel, Louisa 96 LC Letmathe/Iserlohn 1994

7,25	Schilke, Nadine	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,16	Vieler, Ellen	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
6,93	Ratzke, Saskia	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,67	Kardo, Derja	97 TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
6,39	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
6,01	Göcking, Lorena	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
5,75	Serafini, Lara	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
5,42	Bremer, Hannah	97 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
5,40	Niebuhr, Katrin	97 TV Deilinghofen	21.06.	Menden
5,31	Olbrich, Celine	97 VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
5,10	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	13.09.	Letmathe
4,98	Olbrich, Mailine	97 VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
4,79	Lange, Glenda	97 LG Menden	13.09.	Letmathe
3,59	Meisel, Frederika	97 VfL Fröndenberg	21.06.	Menden

Speerwurf 400 g Rekord: 30,45 Sommer, Dana 91 LG Schwerte
 BL 2008:

20,93	Göcking, Lorena	97 LC Letmathe	06.09.	Hagen
18,82	Kittel, Dahlia	97 VfL Fröndenberg	21.06.	Menden
11,72	Fischer, Michelle	97 LC Letmathe	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 57,00 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008: 35,00 Altmann, Ann-Katrin 96 LG Menden

40,00	Serafini, Lara	97	ESV Nighthawks, Iserlohn	05.09.	Menden
38,50	Göcking, Lorena	97	LC Letmathe	11.06.	Iserlohn
38,00	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
36,50	Turck, Carolin	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
36,50	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
35,00	Fischer, Madeleine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
34,50	Wenzlokot, Kira	97	LG Menden	05.09.	Menden
34,50	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
32,50	Petri, Katharina	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
32,00	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
31,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
31,50	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Hilden
31,50	Müsse, Nina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
31,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
30,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
30,00	Rüping, Kristina	98	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
29,50	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	21.06.	Menden
28,50	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
28,00	Küpper, Lisa	0	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
27,50	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,50	Nixdorf, Lisa	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,50	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	05.09.	Menden
27,50	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
27,50	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg

Dreikampf

Rekord: 1419 Sommer, Dana 91 LG Schwerte

BL 2008: 1014 Reinartz, Mia 96 VfL Fröndenberg

1256	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	10,7/4,17/27,50				
1137	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,3/3,55/28,50				
1132	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,4/3,70/27,00				
949	Olbrich, Mailine	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	11,8/3,38/18,00				
689	Meisel, Frederika	97	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	14,1/2,74/16,50				

Vierkampf

Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2008: 1648 Tillmann, Pia 96 LG Menden

1673	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,14(0,0)/4,36/1,30/30,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

Forts. Vierkampf

Rekord: 1828 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2008: 1648 Tillmann, Pia 96 LG Menden

1672	Auer, Jana	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	10,99(0,0)/4,23/1,30/30,50				
1567	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,04(0,0)/4,04/1,30/23,50				
1553	Kittel, Dahlia	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	11,28(0,0)/4,38/1,26/23,00				
1534	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,07(0,0)/3,95/1,14/31,50				
1502	Deutscher, Sarah	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	11,90(0,0)/4,06/1,30/24,00				
1480	Turck, Carolin	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	11,92(0,0)/3,70/1,14/36,50				
1461	Fischer, Madeleine	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,19(0,0)/3,83/1,14/35,00				
1430	Hein, Felina	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,24(0,0)/3,40/1,14/38,00				
1344	Fischer, Michelle	97	LC Letmathe	10.05.	Iserlohn
	11,98(0,0)/4,05/1,14/20,50				
1281	Kassim, Lisa	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,36(0,0)/3,57/1,14/22,50				
1259	Herr, Helena	97	ASV Iserlohn	10.05.	Iserlohn
	12,49(0,0)/3,41/1,10/25,50				
1254	Schalkowski, Maike	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	11,79(0,0)/3,72/1,02/22,00				
1217	Dragan, Alice	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	12,53/3,26/1,14/21,50				
1157	Pape, Eileen	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	12,29/3,56/1,06/17,00				
1149	Olbrich, Celine	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	12,85/3,44/0,98/25,50				
1134	Niebuhr, Katrin	97	TV Deilinghofen	10.05.	Iserlohn
	13,03/3,28/1,02/24,50				
1124	Lange, Glenda	97	LG Menden	10.05.	Iserlohn
	12,31/3,11/1,06/19,00				
1118	Olbrich, Mailine	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	12,10/3,41/1,02/16,50				
941	Meisel, Frederika	97	VfL Fröndenberg	10.05.	Iserlohn
	13,97/2,94/1,06/15,50				

Blockwettkampf Sprint

Rekord: 2318 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen

BL 2008:

2154	Schilke, Nadine	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,25/12,15/4,29/1,34/36,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W12

Forts. Blockwettkampf Sprint Rekord: 2318 Weiche, Jessica 89 TV Deilinghofen
BL 2008:

2080	Ratzke, Saskia	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	11,16/11,68/4,17/1,22/34,50				
2062	Kardo, Derja	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	10,99/11,67/3,77/1,38/26,00				
2038	Auer, Jana	97	LG Menden	03.10.	Menden
	11,29/12,03/4,16/1,28/30,00				
1872	Wenzlok, Kira	97	LG Menden	03.10.	Menden
	11,80/12,74/3,88/1,28/25,50				
1783	Müsse, Nina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,04/13,37/4,04/1,10/31,50				
1399	Pape, Eileen	97	LG Menden	03.10.	Menden
	13,10/14,46/3,45/1,08/17,00				
1101	Schmoll, Lina	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	13,09/16,39/2,76/0,98/13,00				
1058	Hilbert, Maxi	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,30/aufg./3,85/o.g.V./23,50				
960	Dragan, Alice	97	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	12,32/aufg./3,34/o.g.V./21,00				

Blockwettkampf Lauf Rekord: 2357 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2008:

2210	Auer, Jana	97	LG Menden	04.07.	Hilden
	11,04/12,06/4,38/31,50/2:36,21				

Schülerinnen W11

50 m Rekord: 7,38 Zannetin, Sina TG Westhofen
BL 2008: 7,88 Post, Carina 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

7,3	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
7,85	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
7,95	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
7,98	Faber, Lisanne	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,00	Nowara, Vanessa	99	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
8,06	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,11	Hanke, Caroline	99	LG Menden	21.06.	Menden
8,18	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	21.06.	Menden
8,23	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,25	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,26	Rychlik, Julia	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,26	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

Fortsetzung 50 m Rekord: 7,38 Zannetin, Sina TG Westhofen
BL 2008: 7,88 Post, Carina 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

8,28	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,28	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,28	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
8,34	Nixdorf, Lisa	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
8,36	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
8,37	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,38	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
8,39	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
800 m					
					Rekord: 2:23,2 Westerhoff, Barbara TuS Iserlohn
					BL 2008: 2:38,88 Auer, Jana 97 LG Menden
2:48,05	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:48,33	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	14.05.	Dortmund
2:48,75	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:48,97	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
2:50,33	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
2:51,33	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:51,5	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2:53,06	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:53,23	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	21.06.	Menden
2:55,68	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	02.07.	Dortmund
2:58,74	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:01,98	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	21.05.	Essen
3:02,12	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:04,2	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3:04,4	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
3:05,71	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:06,60	Lohmann, Franziska	98	LG Menden	11.06.	Iserlohn
3:06,93	Isenberg, Neele	98	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:07,92	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:08,0	Kienitz, Viktoria	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2000 m					
					Rekord: 7:24,23 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn
					BL 2008: 8:32,61 Isenberg, Celine 97 Marathon-Club, Menden
8:09,4	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
8:29,5	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:03,6	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:18,8	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:19,5	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
10:12,0	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

5 km Rekord: 19:54 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn
BL 2008: 22:26 Kotola-Lopez, Melina 97 Marathon-Club, Menden

21:46	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
21:52	Legler, Laura	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
22:54	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
23:42	Frank, Amanda	98	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
24:10	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich
24:30	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	14.02.	Fröndenberg
24:34	Legler, Lea	98	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
24:52	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:05	Isenberg, Neele	98	Marathon-Club, Menden	06.12.	Hamm
26:38	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
27:04	Hamer, Leonie	98	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
28:09	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	11.10.	Lünern
30:34	Meißner, Julia	98	ASV Iserlohn	14.02.	Fröndenberg
30:46	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
31:33	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
35:00	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn

4 x 50 m Rekord: 29,24 ESV 1999 Nighthawks
BL2008: 31,14 LG Menden

32,36	TV Deilinghofen			26.04.	Iserlohn
	Hellmann 99, Bredel 98, Hilberg 99, Olbrich 98				
32,3	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Schmidt 99, Horst 98, Keienburg 99, Bochynek 98				
33,03	LG Menden			21.06.	Menden
	Hufnagel 99, Hommel 99, Hanke 99, Lohmann 98				
33,1	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Hüttenhain 00, Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00				
34,1	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Krüger 99, Görtz 98, Schweinich 98, Bendig 99				
34,56	ASV Iserlohn			26.04.	Iserlohn
	Ritzmann 01, Martinek 00, Heucks 98, Sauer 99				
35,0	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Mann 99, Müllenbach 99, Ciaramaria 99, Sahling 99				
35,73	TV Deilinghofen			26.04.	Iserlohn
	Hein 99, Altemeyer 98, Richard 98, Kossmann 98				
36,3	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Stüttgen 00, Domek 00, Schaub 00, Mann 01				
37,6	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Schulte 01, Rodriguez 01, Boniface 01				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

3 x 800 m Rekord: 8:28,45 Marathon-Club, Menden
BL2008: 8:58,2 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

8:28,45	Marathon-Club, Menden			25.09.	Essen
	Hamer 98, Legler 98, Leusmann 99				
9:15,6	Marathon-Club, Menden			04.09.	Schwerte
	Geuken 99, Isenberg 99, Legler 98				
9:15,9	ASV Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00				
10:23,6	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00				
10:31,3	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Görtz 98, Bendig 99, Kienitz 99				
10:50,1	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Horst 98, Bochynek 98, Keienburg 99				
10:50,4	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Mann 01, Boniface 01, Schulte 01				
10:59,0	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Müllenbach 99, Sahling 99, Ciaramaria 99				
11:09,4	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Schaub 00, Stüttgen 00, Rodriguez 01				

Hochsprung Rekord: 1,52 Wahle, Kirsten Schwerter Turnerschaft
BL 2008: 1,26 Wenzlokot, Kira 97 LG Menden

1,26	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
1,26	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,23	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,15	Horst, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
1,15	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
1,10	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,10	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
1,05	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
1,04	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,00	Bredel, Elisa	98	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,00	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
0,99	Kordes, Sophie	98	LG Menden	21.06.	Menden

Weitsprung Rekord: 4,83 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 4,18 Post, Carina 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

4,26	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
4,18	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
4,16	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
4,08	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

Fortsetzung Weitsprung Rekord: 4,83 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 4,18 Post, Carina 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.

4,06	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3,95	Mann, Elena	99	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
3,82	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
3,81	Heucks, Hanna	98	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3,80	Hanke, Caroline	99	LG Menden	21.06.	Menden
3,76	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3,73	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,70	Sellin, Joyce	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3,66	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
3,65	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,62	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
3,60	Nixdorf, Lisa	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
3,59	Hartwig, Lea	99	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
3,58	Benner, Monja Tabea	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3,56	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3,54	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
3,54	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte

Schlagballwurf 80 g Rekord: 56,00 Grünewald, Angelika LAV Menden
BL 2008: 41,00 Göcking, Lorena 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994

32,50	Petri, Katharina	98	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
32,00	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
31,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
31,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
30,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
30,00	Rüping, Kristina	98	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
29,50	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	21.06.	Menden
28,00	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
27,50	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,50	Nixdorf, Lisa	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
27,50	Bochynek, Eva	98	ESV Nighthawks, Iserlohn	05.09.	Menden
27,50	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
27,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
27,00	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
27,00	Lohmann, Franziska	98	LG Menden	21.06.	Menden
26,00	Uhlenküken, Lara	98	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
26,00	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
26,00	Limbach, Anastasia	98	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
25,50	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
25,50	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	16.05.	Ergste
25,50	Glormann, Nadja	00	LG Menden	03.10.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

Dreikampf Rekord: 1493 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 1271 Göcking, Lorena 97 LC Letmathe/Iserlohn 1994

1272	Olbrich, Laura	98	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	7,61/4,09/29,00				
1209	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,01/4,01/28,50				
1170	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	8,21/4,16/25,50				
1133	Kleemann, Maike	98	VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn
	8,40/4,07/25,00				
1109	Nixdorf, Lisa	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,34/3,60/27,50				
1105	Rüping, Kristina	98	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,51/3,50/30,00				
1098	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	8,4/3,43/31,50				
1089	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
	8,66/3,45/30,50				
1083	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,42/3,50/27,00				
1061	Jürgens, Michelle	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
	8,44/3,48/25,50				
1057	Danzeglocke, Lea	98	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	8,5/3,65/26,00				
1030	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,70/3,58/24,00				
1023	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,34/3,52/21,00				
1010	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,52/3,47/22,00				
1005	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,65/3,39/23,50				
992	Kossmann, Melina	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,77/3,05/27,50				
988	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,37/3,37/20,00				
973	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	8,5/3,31/22,50				
949	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,53/3,30/19,00				
933	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,76/3,51/17,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

Dreikampf Mannschaft		Rekord: 6237 LG Menden BL2008: 5593 LC Letmathe/Iserlohn 1994 e.V.		
5515	TV Deilinghofen Olbrich 1235, Hilberg 1149, Nixdorf 1109 Hellmann 1030, Kossmann 992	09.05.	Iserlohn	
4816	VfL Fröndenberg Beckmann 1098, Kleemann 1077, Danzeglocke 1057 Beckmann 1012, Disselkötter 572	19.09.	Fröndenberg	
4408	TV Deilinghofen Engler 1010, Spieckermann 911, Schulte 855 Mollen 843, Mollen 789	12.09.	Hemer	
3912	ESV Nighthawks, Iserlohn Sadowski 933, Bochynek 831, Hüttenhain 757 Kernig 723, Heyerhoff 668	09.05.	Iserlohn	
3257	TuS Lendringsen Ahlers 852, Reinicke 655, Lütticke 597 Mackenbruck 596, Kutz 557	19.09.	Fröndenberg	
2827	VfL Fröndenberg Olbrich 973, Schwermann 644, Vollmann 629 Beckmann 292, Kittel 289	19.09.	Fröndenberg	
2797	TV Deilinghofen Gutsche 637, Klein 626, Drees 575 Schmöle 483, Müsse 476	12.09.	Hemer	
2151	TV Deilinghofen Ecker 454, Westhelle 442, Schulte 430 Scherf 426, Hoffmann 399	12.09.	Hemer	
1567	TV Deilinghofen Kurella 397, Neumann 367, Schepp 356 Heimbecher 225, Spalek 222	12.09.	Hemer	
692	TV Deilinghofen Druselmann 190, Hoffmann 189, Westhelle 153 Sassenscheidt 107, Spieckermann 53	12.09.	Hemer	
Vierkampf		Rekord: 1900 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen BL 2008: 1547 Wenzlokat, Kira 97 LG Menden		
1550	Olbrich, Laura 7,92/4,11/1,20/29,00	09.05.	Iserlohn	
1437	Hilberg, Nina 8,07/3,67/1,16/27,50	09.05.	Iserlohn	
1373	Danzeglocke, Lea 8,52/3,54/1,24/23,00	09.05.	Iserlohn	
1336	Beckmann, Maja 8,66/3,45/1,10/30,50	03.10.	Menden	
1284	Keienburg, Pia 8,34/3,52/1,12/21,00	09.05.	Iserlohn	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W11

Fortsetzung Vierkampf Rekord: 1900 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
BL 2008: 1547 Wenzlokat, Kira 97 LG Menden

1225	Kossmann, Melina 8,77/3,05/1,08/27,50	98	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1205	Hellmann, Lara 8,70/3,58/1,00/24,00	99	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
1153	Sauer, Kim 8,53/3,30/1,04/19,00	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn

Schülerinnen W10

50 m Rekord: 7,42 Zannetin, Sina TG Westhofen
BL 2008: 7,81 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

7,85	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
7,95	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
8,00	Nowara, Vanessa	99	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
8,11	Hanke, Caroline	99	LG Menden	21.06.	Menden
8,25	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,28	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,28	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
8,36	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
8,37	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,38	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
8,39	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
8,41	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,42	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
8,51	Hartwig, Lea	99	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
8,52	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
8,53	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
8,57	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
8,58	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,60	Hommel, Mailin	99	LG Menden	13.09.	Letmathe
8,4	Müllenbach, Lea Jo	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
8,4	Ahlers, Maya	00	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg

800 m Rekord: 2:41,08 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte
BL 2008: 2:52,34 Hamer, Leonie 98 Marathon-Club, Menden

2:48,05	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:53,06	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
2:53,23	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	21.06.	Menden
2:55,68	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	02.07.	Dortmund
2:58,74	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3:04,4	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W10

Fortsetzung 800 m

Rekord: 2:41,08 Holzhausen, Neele 92 LG Schwerte

BL 2008: 2:52,34 Hamer, Leonie 98 Marathon-Club, Menden

3:05,71	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:07,92	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:08,0	Kienitz, Viktoria	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:08,6	Krüger, Katharina	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:09,35	Geuken, Noemi-Sophie	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:09,71	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
3:09,74	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
3:10,1	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:13,82	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3:14,81	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
3:17,25	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	13.09.	Letmathe
3:17,92	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	11.06.	Iserlohn
3:18,9	Bendig, Laura	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:20,64	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum

2000 m

Rekord: 8:00,9 Griesbach, Nicole 91 LC Letmathe/Iserlohn

BL 2008: 8:25,59 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden

8:29,5	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:18,8	Hruby, Lisa	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
9:19,5	Kotola-Lopez, Sofia	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde
10:12,0	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	28.03.	Oelde

5 km

Rekord: 20:03 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn

BL 2008: 23:41 Legler, Laura 98 Marathon-Club, Menden

21:46	Leusmann, Elisa	99	Marathon-Club, Menden	14.02.	Fröndenberg
22:54	Isenberg, Jule	99	Marathon-Club, Menden	26.06.	Fröndenberg
24:10	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich
24:52	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
26:38	Isenberg, Fabienne	99	Marathon-Club, Menden	10.10.	Coesfeld
28:09	Hoffmann, Johanna	99	VfL Fröndenberg	11.10.	Lünern
30:46	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
31:33	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
35:00	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn

Hochsprung

Rekord: 1,32 Paul, Vanessa LG Menden

BL 2008: 1,17 Danzeglocke, Lea 98 VfL Fröndenberg

1,23	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
1,15	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	26.04.	Iserlohn
1,10	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
1,05	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
1,04	Sauer, Kim	99	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
1,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	26.04.	Iserlohn
1,00	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W10

Weitsprung

Rekord: 4,52 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen

BL 2008: 4,00 Kleemann, Maike 98 VfL Fröndenberg

4,16	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
4,06	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
3,95	Mann, Elena	99	LG Schwerte	11.06.	Iserlohn
3,80	Hanke, Caroline	99	LG Menden	21.06.	Menden
3,76	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
3,73	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,66	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
3,62	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	27.06.	Schwerte
3,59	Hartwig, Lea	99	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
3,56	Müllensch, Lea Jo	99	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3,54	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
3,53	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,52	Bendig, Laura	99	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3,51	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,50	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3,47	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,46	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,45	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
3,41	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
3,39	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	13.09.	Letmathe

Schlagballwurf 80 g

Rekord: 48,10 Freisen, Jutta 82 LG Menden

BL 2008: 33,00 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen

31,50	Beckmann, Melina	99	VfL Fröndenberg	11.06.	Iserlohn
31,00	Hilberg, Nina	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
30,50	Beckmann, Maja	99	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
28,00	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
27,50	Hein, Mona	99	TV Deilinghofen	13.09.	Letmathe
27,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
27,00	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
25,50	Franz, Charlotte	98	LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
25,50	Glormann, Nadja	00	LG Menden	03.10.	Menden
25,00	Mollen, Sandra	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
24,00	Hellmann, Lara	99	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
24,00	Holtmann, Pia	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
23,50	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
23,00	Hartwig, Lea	99	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
23,00	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
23,00	Keienburg, Pia	99	ESV Nighthawks, Iserlohn	05.09.	Menden
22,50	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
22,00	Mollen, Sabrina	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
22,00	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
21,50	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
21,50	Hommel, Mailin	99	LG Menden	21.06.	Menden
21,50	Benninghoff, Lina	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W10

Dreikampf		Rekord: 1344 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen BL 2008: 1211 Olbrich, Laura 98 TV Deilinghofen			
1209	Hilberg, Nina 8,01/4,01/28,50	99 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
1170	Franz, Charlotte 8,21/4,16/25,50	98 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn	
1098	Beckmann, Melina 8,4/3,43/31,50	99 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
1089	Beckmann, Maja 8,66/3,45/30,50	99 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
1083	Martinek, Lorena 8,42/3,50/27,00	00 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
1030	Hellmann, Lara 8,70/3,58/24,00	99 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
1023	Keienburg, Pia 8,34/3,52/21,00	99 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
1010	Engler, Svenja 8,52/3,47/22,00	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
1005	Spieckermann, Joanna 8,65/3,39/23,50	00 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
988	Küpper, Lisa 8,37/3,37/20,00	00 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
973	Olbrich, Ann-Christin 8,5/3,31/22,50	00 VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg	
949	Sauer, Kim 8,53/3,30/19,00	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
933	Sadowski, Linda 8,76/3,51/17,50	00 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
862	Möller, Lisa 9,24/3,11/19,50	99 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
855	Schulte, Antonia 9,46/2,80/24,00	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
852	Ahlers, Maya 8,4/3,13/14,50	00 TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg	
843	Mollen, Sandra 8,82/2,57/21,00	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
843	Glormann, Nadja 10,11/2,96/25,50	00 LG Menden	03.10.	Menden	
831	Bochynek, Svea 8,83/3,23/13,50	00 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
821	Grau, Johanna 9,05/3,03/16,00	00 SC 1912 Hennen	09.05.	Iserlohn	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W10

Vierkampf		Rekord: 1690 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen BL 2008: 1218 Schröder, Kira 98 LG Menden			
1437	Hilberg, Nina 8,07/3,67/1,16/27,50	99 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
1336	Beckmann, Maja 8,66/3,45/1,10/30,50	99 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden	
1284	Keienburg, Pia 8,34/3,52/1,12/21,00	99 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
1205	Hellmann, Lara 8,70/3,58/1,00/24,00	99 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
1153	Sauer, Kim 8,53/3,30/1,04/19,00	99 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	

Schülerinnen W9

50 m		Rekord: 7,82 Michalski, Ramona LG Schwerte BL 2008: 8,09 Nowara, Vanessa 99 LC Letmathe/Iserlohn 1994			
8,28	Tebbe, Maren	00 LC Letmathe	13.09.	Letmathe	
8,36	Treude, Lena	00 TV Deilinghofen	21.06.	Menden	
8,37	Küpper, Lisa	00 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
8,41	Bochynek, Svea	00 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe	
8,42	Martinek, Lorena	00 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn	
8,52	Engler, Svenja	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
8,53	Grau, Johanna	00 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe	
8,57	Sadowski, Linda	00 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe	
8,58	Holtmann, Lena	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
8,4	Ahlers, Maya	00 TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg	
8,65	Spieckermann, Joanna	00 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn	
8,65	Olbrich, Ann-Christin	00 VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe	
8,66	Duda, Corinna	00 SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe	
8,82	Mollen, Sandra	00 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer	
8,86	Hüttenhain, Majbrit	00 ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe	
8,93	Schulte, Judith	01 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
8,95	Mann, Larissa	01 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
9,01	Fischer, Annika	02 LG Menden	13.09.	Letmathe	
9,04	Domek, Joana	00 LG Schwerte	13.09.	Letmathe	
9,06	Kochan, Isil	00 TV Deilinghofen	21.06.	Menden	
800 m		Rekord: 2:48,52 Odelga, Solveigh 93 ASV Iserlohn BL 2008: 2:55,04 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden			
2:53,23	Martinek, Lorena	00 ASV Iserlohn	21.06.	Menden	
2:55,68	Küpper, Lisa	00 ASV Iserlohn	02.07.	Dortmund	

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W9

Forts. 800 m		Rekord: 2:48,52 Odelga, Solveigh 93 ASV Iserlohn BL 2008: 2:55,04 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden			
3:10,1	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:20,64	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum
3:20,8	Domek, Joana	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:24,5	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	27.06.	Schwerte
3:25,3	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:32,9	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:33,0	Schaub, Paula	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:34,2	Henning, Akira	02	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:36,1	Huber, Nele Frederike	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:38,22	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
3:38,2	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:39,6	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3:51,5	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:51,8	Hamann, Sina	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:55,1	Becker, Nele	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:58,9	Vollmann, Paula	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
4:02,6	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Schwerte
4:04,6	Helmdach, Carina	02	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
5 km		Rekord: 24:52 Martinek, Lorena ASV Iserlohn BL 2008: 22:05 Leusmann, Elisa 99 Marathon-Club, Menden			
24:10	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich
24:52	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
30:46	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
31:33	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
35:00	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	23.08.	Iserlohn
4 x 50 m		Rekord: 31,63 TV Deilinghofen BL2008: 33,67 TV Deilinghofen			
33,1	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Hüttenhain 00, Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00				
36,3	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Stüttgen 00, Domek 00, Schaub 00, Mann 01				
37,6	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Bischoff 01, Schulte 01, Rodriguez 01, Boniface 01				
3 x 800 m		Rekord: 9:15,9 ASV Iserlohn BL2008: 9:12,3 Marathon-Club, Menden			
9:15,9	ASV Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Küpper 00, Ritzmann 01, Martinek 00				
10:23,6	ESV Nighthawks, Iserlohn			04.09.	Schwerte
	Sadowski 00, Horst 00, Bochynek 00				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W9

Fortsetzung 3 x 800 m		Rekord: 9:15,9 ASV Iserlohn BL2008: 9:12,3 Marathon-Club, Menden			
10:50,4	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Mann 01, Boniface 01, Schulte 01				
11:09,4	LG Schwerte			04.09.	Schwerte
	Schaub 00, Stüttgen 00, Rodriguez 01				
Weitsprung		Rekord: 4,12 Freisen, Jutta 82 LG Menden BL 2008: 3,67 Hanke, Carolin 99 LG Menden			
3,73	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,51	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,50	Holtmann, Lena	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
3,47	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,46	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
3,45	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
3,41	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
3,39	Tebbe, Maren	00	LC Letmathe	13.09.	Letmathe
3,37	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,31	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
3,25	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	13.09.	Letmathe
3,18	Hoppe, Carla	00	LG Menden	21.06.	Menden
3,17	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,16	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
3,13	Ahlers, Maya	00	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
3,08	Kernig, Renee	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,07	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3,03	Duda, Corinna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
3,02	Haldorn, Alessa	00	LG Menden	11.06.	Iserlohn
2,98	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
Schlagballwurf 80 g		Rekord: 24,50 Hellmann, Lara 99 TV Deilinghofen BL 2008: 32,00 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen			
28,00	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	11.06.	Iserlohn
27,00	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
27,00	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
25,50	Glormann, Nadja	00	LG Menden	03.10.	Menden
25,00	Mollen, Sandra	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
24,00	Holtmann, Pia	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
23,50	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
23,00	Stüttgen, Lisa	00	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
22,50	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
22,00	Mollen, Sabrina	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
22,00	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
21,50	Kochan, Isil	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W9

Forts. Schlagballwurf 80 g Rekord: 24,50 Hellmann, Lara 99 TV Deilinghofen
 BL 2008: 32,00 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

21,50	Benninghoff, Lina	00	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
20,50	Duda, Corinna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
20,00	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
19,50	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
19,00	Beer, Noelle Fabienne	01	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
19,00	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Schwerte
18,50	Treude, Lena	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
18,50	Fortunato, Sofia	00	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
18,50	Koos, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe

Dreikampf

Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
 BL 2008: 1137 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

1083	Martinek, Lorena	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,42/3,50/27,00				
1010	Engler, Svenja	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,52/3,47/22,00				
1005	Spieckermann, Joanna	00	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
	8,65/3,39/23,50				
988	Küpper, Lisa	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,37/3,37/20,00				
973	Olbrich, Ann-Christin	00	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	8,5/3,31/22,50				
933	Sadowski, Linda	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,76/3,51/17,50				
855	Schulte, Antonia	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	9,46/2,80/24,00				
852	Ahlers, Maya	00	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
	8,4/3,13/14,50				
843	Mollen, Sandra	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	8,82/2,57/21,00				
843	Glormann, Nadja	00	LG Menden	03.10.	Menden
	10,11/2,96/25,50				
831	Bochynek, Svea	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	8,83/3,23/13,50				
821	Grau, Johanna	00	SC 1912 Hennen	09.05.	Iserlohn
	9,05/3,03/16,00				
789	Mollen, Sabrina	00	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	9,27/2,71/18,50				
757	Hüttenhain, Majbrit	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,15/2,96/13,00				
747	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
	9,61/2,91/15,50				

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W9

Fortsetzung Dreikampf Rekord: 1240 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
 BL 2008: 1137 Hilberg, Nina 99 TV Deilinghofen

740	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,82/2,98/15,50				
738	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
	9,79/2,61/19,00				
723	Kernig, Renee	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,15/3,08/10,00				
686	Wockelmann, Johanna	00	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	10,07/2,68/16,00				
668	Heyerhoff, Antonia	00	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
	9,75/2,65/13,50				

Dreikampf Mannschaft

Rekord: 5063 TV Deilinghofen
 BL2008: 4598 TV Deilinghofen

4408	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Engler 1010, Spieckermann 911, Schulte 855		
3912	Mollen 843, Mollen 789	09.05.	Iserlohn
	ESV Nighthawks, Iserlohn		
	Sadowski 933, Bochynek 831, Hüttenhain 757		
3257	Kernig 723, Heyerhoff 668	19.09.	Fröndenberg
	TuS Lendringsen		
	Ahlers 852, Reinicke 655, Lütticke 597		
	Mackenbruck 596, Kutz 557		
2827	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
	Olbrich 973, Schwermann 644, Vollmann 629		
	Beckmann 292, Kittel 289		
2797	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Gutsche 637, Klein 626, Drees 575		
	Schmöle 483, Müsse 476		
2151	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Ecker 454, Westhelle 442, Schulte 430		
	Scherf 426, Hoffmann 399		
1567	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Kurella 397, Neumann 367, Schepp 356		
	Heimbecher 225, Spalek 222		
692	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
	Druselmann 190, Hoffmann 189, Westhelle 153		
	Sassenscheidt 107, Spieckermann 53		

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W8

50 m		Rekord: 7,9 Thiemann, Sybille Schwerter Turnerschaft BL 2008: 8,69 Küpper, Lisa ASV Iserlohn			
8,93	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
8,95	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
9,01	Fischer, Annika	02	LG Menden	13.09.	Letmathe
9,08	Kernig, Renee	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	29.05.	Arnsberg
9,10	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
9,19	Koos, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
9,39	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	13.09.	Letmathe
9,39	Nier, Sontje	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
9,48	Tacke, Nuria	01	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
9,52	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
9,54	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	13.09.	Letmathe
9,56	Noisten, Anna-Lotta	01	TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
9,4	Kutz, Lisa	01	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
9,68	Platthaus, Kira	02	TuS 1846 Iserlohn	11.06.	Iserlohn
9,73	Gennat, Eve	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
9,5	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Schwerte
9,77	Klein, Alina	01	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
9,84	Pape, Lucy	01	LG Menden	13.09.	Letmathe
9,84	Becker, Nele	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
9,6	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
800 m		Rekord: 3:00,59 Bawey, Pia Sophie 93 ASV Iserlohn BL 2008: 3:07,20 Hagelschuer, Anka VfL Fröndenberg			
3:10,1	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.06.	Schwerte
3:20,64	Geuken, Carlotta-Marie	02	Marathon-Club, Menden	13.06.	Bochum
3:25,3	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:32,9	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:34,2	Henning, Akira	02	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:38,22	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
3:51,5	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
3:55,1	Becker, Nele	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4:02,6	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Schwerte
4:04,6	Helmdach, Carina	02	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
4:21,3	Schittko, Lelia	03	TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg
4:22,4	Vogt, Pia	03	TuS 1846 Iserlohn	19.09.	Fröndenberg
4:29,22	Kittel, Gloria	03	VfL Fröndenberg	19.09.	Fröndenberg
5 km		Rekord: 23:52 Enneper, Muriel 99 ASV Iserlohn BL 2008: 26:00 Hagelschuer, Anka VfL Fröndenberg			
24:10	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	27.09.	Bertlich
30:46	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg
31:33	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	26.06.	Fröndenberg

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W8

Weitsprung		Rekord: 3,63 Freisen, Jutta 82 LG Menden BL 2008: 3,46 Hagelschuer, Anka VfL Fröndenberg			
3,17	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	26.04.	Iserlohn
3,08	Kernig, Renee	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
3,07	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2,97	Nier, Sontje	01	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
2,91	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
2,87	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	27.06.	Schwerte
2,85	Wegiel, Lara	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2,81	Tiemann, Henriette	01	TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
2,80	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
2,77	Klein, Alina	01	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
2,76	Becker, Nele	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
2,71	Drees, Kim Anna	02	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
2,70	Eichholz, Mathea	02	ESV Nighthawks, Iserlohn	11.06.	Iserlohn
2,70	Lütticke, Yvonne	01	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
2,70	Kutz, Lisa	01	TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
2,67	Heinrichs, Madeline	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
2,67	Mann, Larissa	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
2,67	Rodriguez, Anna	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
2,65	Koss, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
2,65	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	14.06.	Werl
Schlagballwurf 80 g		Rekord: 32,50 Freisen, Jutta 82 LG Menden BL 2008: 22,00 Hagelschuer, Anka VfL Fröndenberg			
19,00	Beer, Noelle Fabienne	01	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
19,00	Loos, Leonie	02	VfL Fröndenberg	27.06.	Schwerte
18,50	Koos, Viktoria	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
17,50	Bischoff, Judith	01	LG Schwerte	13.09.	Letmathe
17,00	Danzeglocke, Hanna	01	VfL Fröndenberg	09.05.	Iserlohn
16,00	Hennecke, Melissa	01	LG Menden	21.06.	Menden
16,00	Eickenhorst, Carla Maxime	02	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
16,00	Schulte, Judith	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
15,50	Ritzmann, Senja	01	ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
14,50	Boniface, Sophie	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
14,00	Müller, Melina	01	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
14,00	Gutsche, Jana	01	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
13,50	Sandberg, Julia	01	SC 1912 Hennen	21.06.	Menden
13,00	Bögel, Emily	01	ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
13,00	Noisten, Anna-Lotta	01	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
13,00	Scherf, Laura	01	TV Deilinghofen	21.06.	Menden
13,00	Nier, Sontje	01	SC 1912 Hennen	13.09.	Letmathe
12,50	Hermenau, Christine	01	LG Schwerte	16.05.	Ergste
12,50	Piechnik, Lisa	01	LG Schwerte	27.06.	Schwerte
12,00	Weinrich, Merle	01	SC 1912 Hennen	11.06.	Iserlohn
12,00	Müsse, Joline	01	TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
12,00	Forsmann, Emily	02	TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer

Ausdruck vom 23.12.2009

Schülerinnen W8

Dreikampf

Rekord: 1034 Oefner, Esther 94 TV Deilinghofen
 BL 2008: 950 Hagelschuer, Anka VfL Fröndenberg

747	Danzeglocke, Hanna 9,61/2,91/15,50	01 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
740	Ritzmann, Senja 9,82/2,98/15,50	01 ASV Iserlohn	09.05.	Iserlohn
738	Loos, Leonie 9,79/2,61/19,00	02 VfL Fröndenberg	03.10.	Menden
723	Kernig, Renee 9,15/3,08/10,00	01 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
637	Gutsche, Jana 9,96/2,50/14,00	01 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
626	Tiemann, Henriette 9,97/2,81/10,50	01 TuS 1846 Iserlohn	09.05.	Iserlohn
626	Klein, Alina 9,77/2,77/10,00	01 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
618	Bögel, Emily 9,91/2,45/13,00	01 ESV Nighthawks, Iserlohn	09.05.	Iserlohn
607	Noisten, Anna-Lotta 9,56/2,53/10,00	01 TV Deilinghofen	09.05.	Iserlohn
597	Lütticke, Yvonne 9,9/2,70/10,50	01 TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
577	Forsmann, Emily 10,35/2,50/12,00	02 TuS 1846 Iserlohn	12.09.	Hemer
575	Drees, Kim Anna 10,20/2,71/9,50	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
559	Becker, Nele 10,17/2,52/10,00	01 LG Schwerte	09.05.	Iserlohn
557	Kutz, Lisa 9,4/2,70/6,50	01 TuS Lendringsen	19.09.	Fröndenberg
555	Pape, Lucy 9,97/2,52/9,00	01 LG Menden	03.10.	Menden
483	Schmöle, Frida 11,13/2,34/11,00	03 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
476	Müsse, Joline 10,62/1,99/12,00	01 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
454	Ecker, Lina 10,78/2,36/8,00	03 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
442	Westhelle, Lisa 11,04/2,15/10,00	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer
430	Schulte, Ricarda 10,86/2,07/9,50	02 TV Deilinghofen	12.09.	Hemer